



National Coalition Building Institute
Suisse

Manuel

« LA VIOLENCE PARTOUT
- ET MOI ? »

Notes pour les animateurs/trices d'ateliers

Ron Halbright et Cherie R. Brown

Traduction par

Ueli Kramer, Dina Pomeranz, Denis Knubel, Colette Pauchard

Deuxième version française (janvier 2015)

NCBI (Romandie)

Benoît Bailleul

Rue Grand Saint-Jean 6

1003 Lausanne

romandie@ncbi.ch

+41 79 616 97 17

NCBI International

Metro Plaza Building

8403 Colesville Road, Suite 1100

Silver Spring MD 20910, USA

(001) 240-638-2813

NCBI Suisse

Ron Halbright

Alte Landstrasse 93a

CH-8800 Thalwil

+41 44 721 10 50

INTRODUCTION

Cet atelier "la violence partout et moi ?" a été développé sur la base des principes de NCBI. Le texte est construit à partir des expériences recueillies au cours de quelque 300 ateliers organisés dans des classes (avec des élèves à partir de neuf ans), dans des cours de formation continue pour enseignants, pour animateurs/trices de jeunesse et pour animateurs pour les requérants d'asile, entre autres.

La base de l'atelier se présente sous forme de quelques postulats concernant la violence:

1. Il existe une multitude de concepts de la violence. Nous avons de nombreux sentiments forts concernant la violence, qui sont en lien avec notre expérience personnelle, et avec des expériences médiatiques, romans policiers, contes, nouvelles etc. Afin de réduire la place que prend la violence dans notre vie, il nous faut pouvoir en parler de façon honnête. Nous devons nous concentrer sur la violence réellement vécue et sur les conflits réels de notre vie quotidienne. Dans l'approche de NCBI, la violence est définie de façon large, incluant la violence physique, verbale, émotionnelle, structurale et d'autres types de violence qui sont perçus par l'individu comme blessants pour lui-même, pour autrui, pour la nature ou pour notre entourage.
2. Nous vivons la violence dans différents rôles: comme témoin, victime ou agresseur. La violence blesse chacun et chacune. L'effet émotionnel de la violence (la peur, la rage, la tristesse, la honte etc.) rend souvent difficile la réflexion à son égard. Pour cette raison, la réflexion au sujet de la prévention de la violence est également difficile. Nos objectifs sont de guérir ces blessures émotionnelles, de comprendre les rôles face à la violence et d'apprendre à les surmonter afin de devenir un-e promoteur/trice de la paix. Un-e promoteur/trice de la paix est une personne qui comprend la dynamique de la violence - comment la violence peut engendrer d'autre violence - et qui cherche à interrompre - de façon créative et constructive - son cycle destructeur. Le/la promoteur/trice de la paix a envie de guérir, non d'accuser l'autre. Il est possible d'apprendre et d'exercer la promotion de la paix.
3. La violence est souvent vécue de façon différente par les femmes et les hommes (ainsi que les garçons et les filles). Une compréhension des relations entre rôles sexuels et de notre attitude envers la violence est indispensable pour la compréhension de cette dernière. Pour cette raison, l'atelier est conçu pour un animateur et une animatrice.
4. La violence crée de la souffrance. Pour qui? Il est évident que la violence crée de la souffrance du côté de la victime, une blessure corporelle éventuellement et - souvent tout aussi importante - atteinte à l'estime de soi, baisse d'amour propre, honte. La honte est intimement liée à un sentiment de culpabilité. En effet, la victime cherche à comprendre la raison de sa souffrance et s'en attribue parfois la culpabilité, en particulier si les autres explications font défaut ou sont censurées. Mais la violence engendre de la douleur pour tous, pas uniquement pour la victime. L'agresseur est également touché. Ce dernier (cette dernière) est souvent frustré-e, fâché-e, vexée et éprouve parfois lui (elle) aussi un sentiment de culpabilité par la suite. Peut-être regrette-t-il (elle) sa violence. Au

moment critique, les agresseurs perdent souvent leur contrôle, mais la victoire n'est qu'à court terme. Dans cette perspective, la violence est un type d'appel à l'aide. La personne violente dit: "Quelque chose me fait mal, et je ne sais pas comment je peux le résoudre." Et finalement, le témoin de la violence est également blessé par celle-ci. Souvent il se sent personnellement affecté, ou il hésite à intervenir. Le sens de la relation réciproque est atteint, notamment si deux ami-e-s du témoin se blessent mutuellement et que celui-ci ne peut rien faire pour le prévenir.

Il y a une partie de l'atelier où les animateurs/trices racontent des expériences personnelles de la violence. Dans le texte qui suit, on trouve des exemples d'histoires. Evidemment, il est nécessaire que chaque animateur/trice d'atelier prépare ses propres histoires à partir de sa vie quotidienne pour illustrer les objectifs de chaque exercice.

Utilisation de cette méthodologie

Le National Building Institute International demande que ce modèle soit utilisé dans sa totalité. Il n'est donc pas permis de combiner des parties de cet atelier avec d'autres modèles ou méthodes. Nous suggérons à toute personne désirant animer ce modèle, de participer aux séances organisées par la section NCBI de leur région. S'il n'existe pas de groupe dans ta région, NCBI t'aidera volontiers à créer un groupe.

Toute personne utilisant ce modèle en étant payée, s'engage à verser 20% de ses honoraires à NCBI Suisse: 10% pour l'édification de NCBI Suisse et 10% allant à NCBI International.

Le manuel pour l'atelier « la violence partout et moi ? »: Notes pour animateurs d'atelier de NCBI a été conçu afin de soutenir les personnes ayant été formées à la méthodologie du National Coalition Building Institute. Le manuel est un élément autonome et il complète la formation continue intensive et les conseils offerts par les collaborateurs/trices NCBI.

Le manuel peut cependant être utilisé de multiples façons par les personnes qui ont été formées pour animer l'atelier "la violence partout et moi ?":

- il explique les différentes parties de l'atelier
- il propose un emploi du temps modèle
- il offre un texte ainsi que des exemples et des REMARQUE pour l'animation de chaque exercice.

Attention :

Il ne s'agit pas de suivre les instructions à la lettre, cela irait à l'encontre d'un aspect essentiel de l'animation de l'atelier "La violence partout -- et moi?": chaque animateur/trice d'atelier est supposé-e apporter à l'atelier la créativité personnelle et l'intelligence dynamique caractérisant sa personnalité unique.

Remerciements

Merci à Urs Urech, Mima Wiirgler, Wimi Wittwer, Claudia Inspidi et Andi Geu pour leurs apports à ce texte.

Remerciements à Ueli Kramer, Dina Pomeranz, Denis Knubel, Colette Pauchard, Ron Halbright, M. Tschang de leurs apports à la traduction.

Ré-édition (2015) : Benoît Bailleul

Qui est NCBI Suisse ?

NCBI Suisse est depuis mars 1995 une association indépendante de tout mouvement religieux ou politique, engagée dans la lutte contre le racisme et la violence, et œuvrant pour la résolution constructive des conflits. La Suisse regroupe sept sections (Argovie, Bâle, Berne, Suisse orientale, Suisse romande, Suisse centrale et Zurich). NCBI International compte quant à lui plus de 40 sections implantées aux Etats-Unis, au Canada, en Angleterre, au Brésil et en Macédoine.

Le siège de l'association suisse est situé à Thalwil (ZH) ; celui de NCBI International est à Washington

D.C., aux Etats-Unis. Jusqu'à présent, NCBI Suisse a déjà organisé plus de 3500 ateliers auprès de civilistes, personnel des services de transport, conseillers à la clientèle, classes, enseignants, policiers, personnel pénitentiaire, professionnels du secteur de l'asile ou de la jeunesse, militaires, et de nombreux autres groupes en Suisse.

NCBI bénéficie du soutien de différentes fondations, de la Confédération et de plusieurs cantons pour ses projets et offres de cours.

MODÈLE D'EMPLOI DU TEMPS ET TABLE DES MATIÈRES

Introduction	1
Modèle d'emploi du temps et table des matières	7
Préparatifs pour l'atelier	8
08h20 - 10' - Se présenter	9
08h30 - 30' - Qu'est-ce que la violence?	12
09h00 – 70' - La violence et moi	14
1. Première histoire: le témoin	14
2. Deuxième histoire: l'agresseur	18
3. Troisième histoire: la victime	19
10h10 – 20' – Pause	20
10h30 – 20' - Debout/Assis	21
10h50 – 60' - Cercle des frères/cercle des soeurs	25
(si temps le permet) - 50' - Groupes d'intérêt: Types de violence	32
11h50 – 120' - Pause de midi/repas	34
13h30 – 60' - Témoignages	36
14h30 – 15' - Pause	39
14h45 – 10' - D'où vient la violence?	40
15h00 – 50' - Jeux de rôles: promouvoir la paix	44
15h50 – 10' - Conclusion	50
16h00 - Fin	50
ANNEXES	51
Etapas pour les témoignages	51
Etapas pour les jeux de rôles	52

PRÉPARATIFS POUR L'ATELIER

Matériel

- Badges portant le prénom écrit en grandes lettres de sorte à être lisibles à distance.

REMARQUE :

Afin de créer une ambiance rassurante où les participant-e-s se sentent à l'aise pour raconter leurs propres expériences, il vaut mieux s'adresser aux participant-e-s par leurs prénoms et les tutoyer. Cependant, il existe des groupes et des situations où le tutoiement pose problème à certain-e-s participant-e-s. Il est donc recommandé d'en discuter avec les organisateurs de l'atelier afin de déterminer ce qui convient le mieux au groupe en question. C'est la raison pour laquelle le manuel se sert du "tu", même si dans certaines situations le "vous" peut être approprié.

- deux flip-charts avec du papier et quelques feutres de couleur sombre

REMARQUE:

Ecrivez le mot "Bienvenue" ainsi que les objectifs de l'atelier sur le flip-chart avant l'arrivée des participant-e-s.

- Un bouquet de fleurs sur la table pourrait contribuer à créer une ambiance agréable.

Aménagement de la salle:

Disposez les chaises mobiles en demi-cercle afin que tout le monde voie les animateurs/trices. En face, une table servant d'appui aux animateurs.

REMARQUE:

Arrivez assez tôt pour pouvoir vérifier l'aménagement de la salle. La disposition des chaises est importante, cela vaut la peine de s'assurer de leur bonne disposition. Il faut éviter que les participant-e-s soient assis-e-s à des tables. Le nombre de chaises doit correspondre exactement à celui des participant-e-s. Soyez courageux vous-même et encouragez aussi les participant-e-s à s'asseoir dans les premiers rangs.

Ecrire sur le tableau noir / flip-chart:

- le programme de la journée: le nom des exercices, ainsi que
- l'heure du début, de la fin de la journée et de la pause de midi. Il est souvent mieux de ne pas écrire l'heure des pauses et des exercices sur le tableau/flip-chart, de cette façon, vous êtes plus flexibles de changer le moment des pauses, selon le déroulement de l'atelier. Il est cependant important que vous ayez un autre programme de l'atelier pour vous-mêmes, où les heures indicatives prévues pour chaque exercice sont notées. Cela vous permet de toujours savoir si vous disposez encore de suffisamment de temps.

Adaptez les objectifs de l'atelier (cf. page 10) selon le groupe qui participe à l'atelier.

08H20 - 10' - SE PRÉSENTER

Début

Présente-toi et souhaite la bienvenue aux participants pour cet atelier. N'oublie pas de créer une ambiance positive (c.-à-d. d'exprimer que tu es content d'animer cet atelier).

Si certaines personnes ne participent pas de leur propre gré à l'atelier mais y ont été envoyées, tu pourrais le reconnaître en disant p. ex. "Je sais qu'il y en a parmi vous qui se sont réjouis d'être ici aujourd'hui, mais qu'il y a également d'autres personnes qui préféreraient accomplir la pire des besognes plutôt que de participer à ce séminaire. Nous sommes malgré tout très heureux que tout le monde soit venu. Personne n'est obligé de participer. Parfois, les silencieux apprennent beaucoup, peut-être plus que les autres. Nous vous prions de profiter de cette journée pour arriver à une connaissance plus profonde de vous-même ainsi que des autres participant-e-s."

Dans une classe, tu pourrais dire: "Aujourd'hui, il n'y a pas de bonnes ni de mauvaises réponses.

Chacun-e doit décider lui-même comment il/elle veut affronter la violence. Chacun-e doit se faire sa propre opinion. A l'école, il n'y a pas beaucoup d'heures comme celle-ci. Aujourd'hui, il n'y a rien à apprendre par cœur. Nous allons plutôt apprendre quelque chose sur la violence à partir de nos propres expériences. Il n'est pas nécessaire de prendre des notes, c'est pour cela que nous ne sommes pas assis à des tables." Encourage avant l'atelier l'enseignant-e à participer comme "participant-e timide". Il ou elle peut faire partie des travaux de groupe à deux ou trois et peut de temps en temps amener un apport utile à la discussion, mais il/elle ne, devrait pas intervenir, si la classe n'est pas assez calme ou n'a pas encore trouvé une réponse à une question. L'atelier est une occasion pour l'enseignant-e d'appréhender la classe d'un autre point de vue.

REMARQUE:

Il sera souvent important de décider de la langue parlée pendant l'atelier. Décide en accord avec le groupe de ce qui est le mieux pour que tout le monde comprenne ce qui se dit et fixe des règles de base concernant la langue, resp. un support de traduction. Mais insiste sur le fait que lors des exercices à deux, chaque personne est libre de s'exprimer dans la langue de son choix, même si elle n'est pas parfaitement comprise des autres.

Dans la majorité des ateliers, vous allez proposer le tutoiement aux participant-e-s. Selon le publique en face de vous, vous pouvez aussi décider de ne pas tutoyer les gens. Face aux profs d'une classe par exemple, s'ils participent à l'atelier, on peut leur demander avant quelle est leur attitude dans cette question.

Si vous avez décidé de proposer le "tu", vous pouvez dire: "Comme vous avez vu, on s'est présenté avec nos prénoms et on se tutoyer. Est-ce que vous êtes d'accord que nous nous tutoyons pour la durée de cet atelier?"

Objectifs

Présente un aperçu de l'atelier qui comprendra l'acquisition des cinq compétences suivantes:

- 1) Savoir identifier les informations que nous avons apprises au sujet de la violence et des conflits, ainsi que les représentations erronées qui existent à leur propos (ou: "Que savons-nous sur la violence?")
- 2) Etre capable d'examiner nos propres expériences de la violence, comme agresseur, victime ou témoin.
- 3) Apprendre quelque chose sur l'effet personnel de la violence
- 4) Connaître les misons qui nous empêchent de construire un environnement moins violent
- 5) Apprendre comment les querelles et les conflits peuvent être résolus avec moins de violence, c.-à-d. comment nous pouvons promouvoir la paix.

Se présenter

Invite les participants à se présenter l'un après l'autre en disant leur nom et en mentionnant quelque chose qu'ils aiment bien faire. Que chaque personne se lève pour se présenter et parle à voix haute de sorte que tout le monde l'entende bien.

*S'il y a moins de 15 participants, leur présentation peut être complétée par: "quelque chose de personnel dont tu souhaites faire part aux autres et qu'ils n'auraient très probablement pas l'occasion d'apprendre autrement ou quelque chose que les autres ne savent pas encore sur toi."

Accords concernant l'atelier

Deux à deux

Pour que l'atelier se déroule bien, nous allons tout d'abord nous mettre d'accord sur certains points. Nous allons parfois vous prier de discuter à deux. Lorsque nous nous retrouverons ensuite avec tout le groupe, ne parlez s.v.p. que pour vous-même et non pour votre partenaire. Nous voudrions ainsi nous assurer que rien de ce qui est exprimé dans tout le groupe ne soit quelque chose dont la personne concernée n'a pas envie de faire part à tous.

Confidentialité

Nous vous encourageons à discuter avec d'autres ce que vous aurez appris aujourd'hui. Nous vous prions cependant de ne mentionner aucun nom lorsque vous ferez part plus tard de vos expériences. Tout doit donc rester confidentiel. Levez la main s.v.p. pour exprimer votre accord.

(Veiller à ce que les natels soient éteints.)

08H30 - 30' - QU'EST-CE QUE LA VIOLENCE?

Demande aux participants de nommer toutes sortes de violence. Les deux animateurs écrivent la liste sur le tableau/flip-chart.

REMARQUE:

Si quelqu'un t'interrompt et demande si quelque chose est vraiment de la violence, tu peux dire: "Il y a beaucoup de définitions de la violence -- ici peut-être autant qu'il y a de personnes dans la salle. Aujourd'hui, il n'y a pas de réponses correctes ou incorrectes-- de cette manière, nous pouvons mieux comprendre ce que différentes personnes pensent au sujet de la violence."

REMARQUE:

Si quelqu'un parle à un niveau trop abstrait (par exemple "violence verbale"?, demande-lui d'en mentionner des exemples (par exemple des insultes).

Si les types de violences suivants ne sont pas mentionnés de manière spontanée, tu peux poser une question ou même proposer ces types de violence:

- la violence verbale (psychique): (insultes, injures, rumeurs, menaces, silence, exclusion, moqueries, crier) - "Est-ce possible d'être violent sans blesser quelqu'un au niveau physique?"*
- la violence contre les choses: (vol, dégâts matériels) - "La violence, peut-elle être exercée également envers les choses?"*
- la violence contre les animaux et la nature: (expérimentation animale, pollution de l'environnement) - "Y a-t-il de la violence contre d'autres êtres vivants que contre les humains?"*
- les sports de combat: "Y a-t-il de la violence dans le sport?"*
- punitions: il est particulièrement important de les mentionner, car ainsi la question concernant la justice et le sens de la violence peut être posée. Durant la discussion suivante, il est utile de demander: "Qui a déjà été puni et c'était - une bonne chose?" Demande une explication. "Qui a déjà subi des mauvaises punitions?" Demande une explication.*
- la violence structurelle (sociétale): chômage, pénurie des logements, manque de postes d'apprentissage, pauvreté. - "Il existe des types de violence, dont il n'est pas possible de dire quelles personnes les ont engendrés. Pourtant, beaucoup de personnes sont blessées par les actes de la société ou des couches dominantes de la société. Par exemple, le chômage blesse beaucoup de personnes.*

Une fois la liste terminée, introduis l'idée que certains types de violence ne doivent pas forcément être considérés comme destructeurs ou mauvais. Tu peux dire. "Ceci est une bonne liste. Est-ce que tu abolirais tous ces types de violence ou existe-t-il des types de violence avec lesquels tu es parfois d'accord ou que tu trouves même bons?"

Lis la liste à voix haute (au minimum vingt à trente types de violence). "Lesquels parmi eux ne veux-tu pas abolir?" Choisis un-e participant-e pour désigner un type de violence.

Question: "Quand ce type de violence est-il bon? Quand non?"

A partir des brèves discussions au sujet de chaque type de violence, tu peux développer les thèmes suivants et les écrire au tableau/flip-chart:

1. De la violence avec de l'égard pour la victime peut parfois être bonne - par exemple, si on bouscule une personne afin de la pousser hors de la trajectoire d'une voiture qui s'approche. Question: "Ce type de violence, est-il adéquat ou exagéré compte tenu des circonstances?" Il y a différents avis. Si un parent, un-e enseignant-e ou un-e ami-e fait de la pression (avec des menaces, punitions etc.) afin qu'un enfant ou un-e adolescent-e apprenne davantage ou se comporte de la "bonne" manière, ils pensent qu'ils aident la "victime". Tu peux demander aux participant-e-s, s'ils ont déjà vécu des punitions ou menaces à leur égard qui étaient bonnes pour eux. Normalement, il y a quelques exemples - la personne s'est rendu compte pour la première fois que quelque chose était important ou que son comportement était nocif pour elle-même ou pour autrui.
2. La violence pour prévenir d'autres violences. Par exemple, repousser deux personnes qui se combattent, ou le fait pour la police d'arrêter un meurtrier. Nous devons cependant veiller à ce que la violence exercée ne soit pas trop importante, et examiner si d'autres violences sont effectivement prévenues ou, le cas échéant, provoquées.
3. Légitime défense, défense de soi. La légitime défense est permise au niveau légal. "Combien de violence est réellement nécessaire pour une défense de soi?"
4. La violence avec des règles, sur une base volontaire et égalitaire. Par exemple dans un club de karaté. Mais si quelqu'un utilise le karaté pour menacer une autre personne (non-consentante), cela n'est ni égalitaire ni sur une base volontaire des deux côtés.
5. Il existe pourtant des personnes qui sont a priori contre tous les types de violence. Jésus, Ghandi, Martin Luther King Jr. étaient pour la non-violence.

Résume, en écrivant les points suivants sur le tableau/flip-chart:

- égard envers la "victime" (ou bon pour la "victime")
- prévenir d'autres violences
- légitime défense
- violence volontaire et égalitaire avec des règles.

Tu peux dire: "Chacun doit décider pour lui-même, quels types de violence sont à prévenir - où il faut promouvoir la paix. Aujourd'hui, nous discutons comment nous pouvons prévenir la violence exercée sans égards et de façon intentionnelle, blessante pour les victimes, c.-à-d. une violence qui blesse une personne au niveau physique ou psychique.

09H00 – 70' - LA VIOLENCE ET MOI

Introduis cet exercice en expliquant que depuis maintenant, nous examinons la violence que nous avons vécue nous-mêmes. Nous allons raconter à un-e partenaire un exemple de violence que nous avons vécu personnellement. Ceci doit être un exemple où tu étais présent-e, et non une expérience que quelqu'un t'a racontée ou que tu as vue à la télévision ou au cinéma.

"Nous vivons la violence dans différents rôles, comme agresseur, victime et témoin. Parfois nous faisons partie de la violence, parfois non. Parfois, nous sommes présent-e-s de façon volontaire, parfois non. Parfois nous provoquons la violence, parfois, nous promovons la paix.

Les animateurs de l'atelier racontent chacun-e un exemple où ils ont vécu la violence. Ceci est le premier de quatre tours. Les animateurs doivent choisir leurs histoires à l'avance. Réflexions importantes:

1. Commence avec des histoires faciles et avance progressivement vers des thèmes plus difficiles. Ne raconte pas d'histoires qui sont trop difficiles pour le groupe.
2. Dans les premières, deuxième, troisième histoires, vous avez le rôle de témoins (deux tours), d'agresseur puis de victime (dans cet ordre),
3. Quels sont les thèmes adéquats pour ce groupe et cet âge? Par exemple, conflits de famille, école, thèmes des femmes et filles, thèmes des hommes et garçons, enfant contre enfant, adulte contre enfant, adulte contre adulte, parents contre leur propre enfant, racisme... etc.
4. Une des premières histoires comme témoin doit être adéquate pour illustrer le thème de "l'escalade" avec un thermomètre.

1. PREMIÈRE HISTOIRE: LE TÉMOIN

Présentation par les animateurs des histoires comme témoin:

Démonstration:

L'animatrice et l'animateur racontent chacun-e une histoire où ils étaient témoins de violence, sans expliquer les motivations des deux parties et sans les juger. Les histoires doivent être adaptées à la structure de cet exercice: d'abord, l'histoire est racontée, ensuite les perspectives des deux partenaires sont expliquées. Ceci implique que le/la narrateur/trice ait une relation avec les partenaires en conflit.

Demande aux participant-e-s d'échanger des histoires similaires (où ils étaient témoins de violence) avec des partenaires. Ils ont cinq minutes, après 2,5 minutes, dis "Changez".

REMARQUE:

A ce moment, tu veux peut-être souligner la capacité de bien écouter. Tu pourrais dire: "Quand nous nous racontons des histoires, il est important de bien écouter.

La bonne écoute veut dire de ne pas interrompre et de respecter la personne qui raconte. Au cas où tu te rends compte que l'autre personne a de la peine à bien écouter, tu peux l'encourager à bien écouter. Nous pouvons tous commencer par la phrase. "J'ai envie d'écouter ce que tu racontes. Commence, s'il te plaît."

Le témoin: les motivations des personnes présentes

Lorsque les participant-e-s se retrouvent à leurs places, demande: "Qui a trouvé une histoire comme témoin? Qui non?" Dis: "(Presque) tout le monde se souvient d'un moment où il/elle a été témoin de violence. Nous pensons souvent que le témoin ne fait pas partie de l'action. Parfois, le témoin n'est pas à proximité de la violence ou ne connaît pas les personnes concernées. Parfois nous connaissons les protagonistes très bien, peut-être que c'est un-e ami-e ou un parent Si nous voulons réduire la violence, il nous faut examiner notre relation aux personnes concernées. Dans ton exemple, as-tu jugé ou accusé l'un des protagonistes - l'un était coupable, l'autre était innocent? Nous voulons essayer de comprendre les deux côtés. Examinons ces histoires une deuxième fois, mais cette fois-ci des points de vue des deux protagonistes. La capacité de voir le conflit de tous les côtés est importante quand on veut promouvoir la paix.

Les animateurs répètent leurs histoires de témoins des points de vue des protagonistes. Essaie d'esquisser les motivations possibles ou probables avec de l'empathie pour chacun-e.

REMARQUE:

Pour les enfants (jusqu'à onze ans environ), il peut être adéquat de les interroger sur les motivations possibles dans ton histoire, afin de clarifier le concept pour tous.

Envoie les participant-e-s discuter à nouveau par les paires avec le/la même partenaire, pour échanger une nouvelle fois leurs histoires - mais cette fois du point de vue des deux personnes impliquées. Si un-e participant-e ne sait pas pourquoi une personne a agi d'une façon donnée, il/elle devrait s'imaginer des motivations possibles. ils ont cinq minutes (Dis "changez" après 2,5 minutes).

De retour à leur place, demande: "Pour qui cela a-t-il été facile? Difficile? Qu'est-ce qui a été difficile?"

REMARQUE:

Si quelqu'un dit qu'il/elle n'en sait pas suffisamment sur l'incident pour comprendre les deux côtés, tu peux dire: "Si nous ne savons pas grand-chose sur la situation, il est difficile d'être un-e promoteur/trice de la paix".

Si quelqu'un dit: "Je ne comprends pas pourquoi quelqu'un agirait d'une façon donnée. ", demande à la personne si elle veut brièvement raconter l'histoire. Si elle est d'accord, fais la lui raconter brièvement et demande ensuite aux autres

participants, "est-ce que quelqu'un a une idée, pourquoi une personne agirait de cette manière?"

Certain-e-s sont peut-être incertain-e-s ou ils ont changé de rôle dans l'exemple. Tu peux dire: "Parfois ça arrive le témoin devient lui-même la victime ou l'agresseur. Nous pouvons assumer plus d'un rôle au sein d'un conflit." Le but est que chacun-e comprenne ce que sont les trois rôles. Cependant, les participants ne devraient pas raconter à ce moment leurs histoires à tout le groupe. Le temps manque.

Si quelqu'un raconte un exemple non vécu personnellement, dis: "Ok" Et en t'adressant au groupe: "Au prochain tour, il est important que nous nous concentrons sur nos propres expériences. Il est intéressant de voir comme il est facile de penser à des exemples de la télé ou du cinéma. Aujourd'hui, nous désirons réfléchir sur des expériences de violence quotidienne de notre vie, pour savoir comment nous pouvons réduire ou prévenir la violence."

Si quelqu'un parle d'un acte de violence lourd et probablement vrai, et qu'une personne montre qu'elle ne peut guère le croire, tourne-toi vers le groupe et dis: "Peut-être que quelques un-e-s ici ne croient pas que cela se passe. Il est important de se souvenir que beaucoup d'actes de violence restent cachés ou secrets. Nous ne savons pas ce qui se passe dans d'autres vies. Peut-être que nous rions et que nous le nions, parce que nous espérons que ce n'est pas vrai. Aujourd'hui, nous écoutons avec respect et essayons d'apprendre quelque chose l'un de l'autre."

Si quelqu'un ne trouve pas d'exemple, fais référence à la liste des types de violence au tableau/flip-chart et dis: "Je suis sûr que tu as déjà vu dans ta vie quelqu'un être insulté ou battu. Il n'a pas besoin d'une histoire dure, une petite histoire va très bien aussi."

Escalade/Thermomètre

(Une histoire de violence qui monte est utilisée comme exemple. L'animateur ou l'animatrice doit reprendre sa première histoire personnelle). L'exemple dans le texte décrit deux jeunes dans un centre de loisirs, qui se bagarrent pour un chocolat. Plus tard, la fille se cache aux toilettes et le garçon casse la porte de ces dernières. L'animateur/l'animatrice est obligé-e d'utiliser une histoire propre à lui/elle, et qui est adéquate pour la démonstration.

"Vous vous souvenez de mon histoire avec le chocolat et la porte cassée? Reprenons-la en détail."

(Dessine un thermomètre allant de 0 à 100 degrés. Un côté représente le comportement de la personne A (la fille) et l'autre la personne B (le garçon).

"La violence commence faiblement et s'accroît, jusqu'à bouillir et exploser. Au début de mon histoire, je vendais un chocolat à la fille au centre de loisirs. A la fin, une porte des toilettes était cassée.

(Ecris "chocolat vendu" à côté de 0 degrés et "porte cassée" à côté de 100 degrés.)

"Si quelqu'un me demandait ce qui s'est passé ce jour-là, je dirais "quelqu'un a cassé la porte des toilettes." Si quelqu'un te demande, ce qui s'est passé, tu dis peut-être "Pascale a été battue" ou "la bicyclette d'Antoine a été détruite". **Nous oublions que la violence commence de façon discrète.**" Prie les participant-e-s de reconstruire ton histoire pas à pas. A chaque pas ils décident à quelle température le conflit est monté. Si les participant-e-s ne parviennent pas à se mettre d'accord, tu peux expliquer que nous avons différents sentiments et avis sur ce qui est juste et faux ou de ce qui est une provocation ou une manière acceptable d'interagir. **"Il est important que nous comprenions ce qui nous dérange et ce qui dérange les autres."**

Exemple:

"Qu'est-ce qui s'est passé lorsque j'ai vendu le chocolat à la fille?" (Réponse: "Le garçon a dit: Donne-le-moi!")

Est-ce que ceci est plus chaud que 0 degrés? Combien? Peut-être cela dépend-il de sa manière de le dire."

(Ecris "Donne-le-moi!" d'un côté du thermomètre au niveau adéquat - à la moyenne des avis des participant-e-s.)

"Qu'est-ce qui s'est passé par la suite?" (Réponse: "La fille a dit: 'Non!'")

"Est-ce que ceci est plus chaud, plus frais ou la même température que l'énoncé Donne-le-moi!?"

(Ecris "Non" au niveau juste, selon l'avis du groupe, cette fois de l'autre côté du thermomètre. Peut-être il y a une discussion: La fille, a-t-elle le droit de dire "Non"? Qu'est-ce qui est poli ou généreux? La générosité, est-elle l'objet d'abus?)

"Qu'est-ce qui s'est passé par la suite?" (Réponse: "Le garçon a dit: Donne-le-moi, salope!")

"Quelle température?" (Peut-être y a-t-il une discussion au sujet des insultes, des mots utilisés, du ton etc. Quels sont les mots les plus provocateurs selon toi?) (Ecris "Salope" au bon niveau du thermomètre. Relie à chaque fois les points avec un trait, afin de montrer l'escalade (l'échauffement) et la "désescalade" (le refroidissement) du conflit.)

Qu'est-ce qui s'est passé par la suite? (Réponse: "La fille a dit: "Non, pauvre con.")

"C'est à quel degré?" (Discussion: la température de différentes insultes. Ecris la réponse à côté de la température juste.)

"Et ensuite?" (Réponse: "Le garçon prend le chocolat.")

"C'est à quel degré?" (Discussion: la violence physique et verbale. Le vol est un crime, mais pas les insultes. Quand les adultes interviennent-ils?) (Ecris la réponse à côté de la bonne température.)

"Et qu'est-ce qui s'est passé ensuite?" (Réponse: "La fille reprend le chocolat et court au premier étage.")

"C'est à quel degré?" (Inscrire la réponse au bon endroit Discussion: la fuite en tant que refroidissement du conflit.)

"Et puis?" (Réponse: "Le garçon poursuit la fille.")

"C'est à quel degré?" (Inscrire la réponse au bon endroit.)

"Ensuite, je ne sais pas exactement ce qui s'est passé. Souvent, nous ne connaissons pas tous les détails, une fois que la violence bout." (Trace les lignes en forme de Z jusqu'à 100 degrés.)

Promouvoir la paix

Invite les participant-e-s à décrire des possibilités de promouvoir la paix dans cette histoire.

"Qu'est-ce que le garçon, la fille ou moi-même aurions pu faire pour sauver la porte des toilettes?" (Collecte des idées de promotion de la paix pour toutes les parties au conflit, et inscris-les au bon endroit à côté du thermomètre dans une autre couleur. Par exemple: "Il aurait pu demander de façon plus sympa. Ils auraient pu se partager le chocolat. L'animateur du centre de loisirs aurait pu demander à quel sujet ils se disputaient" etc.)

« Vous comprenez qu'il est plus facile de prévenir la violence avant qu'elle ne devienne trop chaude? C'est pour cela que nous nous exerçons à repérer le début de la violence, avant que le conflit ne dégénère, afin de savoir comment nous pouvons prévenir l'échauffement (l'escalade). »

2. DEUXIÈME HISTOIRE: L'AGRESSEUR

Cherchez bientôt un-e nouveau/nouvelle partenaire et racontez-vous chacun-e un exemple de violence où vous étiez l'agresseur. Puisque parfois, nous oublions notre violence, commencez chaque fois avec la phrase suivante: « Je suis quelqu'un de bien, et parfois je suis violent-e, par exemple lorsque... » Ça sonne mieux, si on le dit de façon fière. (Rires et autres signes d'embarras sont ici le but)

Démonstration

Les animateurs racontent des histoires, dans lesquelles ils étaient agressifs, ils commencent avec la phrase "Je suis quelqu'un de bien...".

Invite les participants à échanger des histoires d'agresseur avec une nouvelle partenaire ou un nouveau partenaire. Ils disposent au total de cinq minutes. (Dis à la moitié: "changez").

« Pour qui est-ce que c'était facile de trouver un exemple d'agresseur? Difficile? »

« Pour certain-e-s, il est plus difficile de se voir en agresseur. Nous avons appris qu'il est injuste d'exercer de la violence contre autrui. Mais si on ne peut pas se souvenir de notre propre violence et s'en rendre compte, il est encore plus difficile de comprendre la violence des autres et de promouvoir la paix. Aujourd'hui, vous avez la possibilité d'acquérir une conscience du rôle de l'agresseur. Qu'est-ce qui t'a amené dans ton histoire à être agressif/ve ? »

Note les réponses. Fais une liste au tableau sous le titre "Qu'est-ce qui te rend violent-e?". Des réponses types sont: être provoqué-e, la vengeance, l'impatience, être déçu-e, être insulté-e, être menacé-e, etc. Il devrait toujours être clair à qui ceci fait référence: par exemple, "C'est toi qui était insulté-e ou c'est toi qui insultais quelqu'un?"

Lorsqu'au moins huit réponses ont été données, dis: "**Il est important de se rendre compte de ce qui nous rend violents. Ce sont les mêmes expériences qui rendent aussi d'autres personnes violentes.**" Lis la liste à voix haute: "Quand je me sens provoqué-e, par vengeance..." - "Note que dans presque toutes les situations, où nous sommes violents, nous nous sentons victimes.

Quelqu'un nous provoque et nous explosons. Les autres personnes qui deviennent violentes ont les mêmes sentiments. Les gens que nous percevons comme agresseurs se sentent très souvent victimes, comme si on leur avait fait subir quelque chose de douloureux ou d'injuste."

(Ecris le mot "sentiment de victime" ou "victimisation" dans une autre couleur à côté de la liste sur le tableau.)

REMARQUE:

Parfois, un-e participant-e dit que quelqu'un est violent, parce que la violence lui procure du plaisir. Tu peux lui demander de donner un exemple. Lors d'exemples concrets, la blessure de la personne devient souvent évidente. Alternativement, l'exemple peut être tiré d'un film ou concerner une situation, où le/la participant-e ne connaît pas les protagonistes. Là, tu peux dire "Au cas où quelqu'un perçoit la violence comme un jeu, ceci veut probablement dire que cette personne a été blessée dans son passé, peut-être très souvent et très gravement. Car si une personne va bien, elle ne peut pas trouver la violence amusante."

3. TROISIÈME HISTOIRE: LA VICTIME

"Dans l'exercice suivant, nous nous concentrons sur le rôle de la victime."

Démonstration

Les animateurs racontent chacun-e une histoire, dans laquelle ils ont été dans le rôle de la victime.

"Maintenant, cherche encore un-e partenaire et raconte un exemple, dans lequel tu as vécu la violence en tant que victime." (Temps: cinq minutes, dis "changez" après 2.5 min.)

Pour qui était-il plus facile de trouver un exemple en tant que victime (par rapport à agresseur) Plus difficile?"

"Pour certain-e-s, il est plus difficile, de penser que nous sommes également des victimes. Certains ont appris que nous ne devons jamais perdre, qu'on ne doit jamais avouer avoir été blessé. Nous avons appris que la faiblesse n'est pas acceptable et que personne ne nous aidera si nous montrons nos vulnérabilités. Si nous apprenons à mieux comprendre le rôle de la victime, nous pouvons également mieux comprendre comment il est possible de promouvoir la paix."

"Qu'est-ce que tu as désiré quand tu étais la victime? De quoi est-ce que tu aurais eu besoin?"

Note les réponses au tableau sous le titre "De quoi as-tu besoin comme victime?". (Les réponses types sont: de la protection, un-e ami-e avec lequel/laquelle je peux parler et

pleurer, une vengeance, un moyen d'exprimer ma colère... Si quelqu'un dit "De l'aide", demande de préciser: "Quel type d'aide?") Demande également de quoi les victimes n'ont pas besoin. Des réponses comme "des conseils bien intentionnés" ("Si j'étais toi, j'aurais fait tout simplement comme ceci ou cela...") sont attendues.

Lis la liste et résume: "Quand nous expérimentons la violence, nous avons besoin d'affection, de quelqu'un qui nous écoute bien et qui nous aide par la suite à comprendre ce qui s'est passé ou de quelqu'un qui interrompt la violence. En fait, nous n'avons pas besoin de conseils ou de culpabilisation, au moment où nous sommes blessés ou angoissés."

Dis: "C'est ce dont ont besoin les victimes. Si tu connais des personnes qui souffrent de la violence, elles aimeraient recevoir ce type de soutien. Tu peux être cet ami ou cette amie, dont a besoin cette personne. L'aide aux victimes est une manière très importante de promouvoir la paix."

"Etant donné que nous nous sentons victimes au moment où nous devenons violents, nous pouvons supposer que les agresseurs ont également besoin de ce type de soutien; que quelqu'un interrompe la violence, comprenne ce qui s'est passé et écoute."

10H10 – 20' – PAUSE

REMARQUE:

Annonce toujours un peu moins de temps que prévu pour la pause, tiens compte du fait que le groupe sera en retard. Il vaut donc mieux n'annoncer que "10 minutes" pour cette pause de 20 minutes.

10H30 – 20' - DEBOUT/ASSIS

"La suite de cet atelier nous donne une chance de connaître les multiples ressemblances et différences qui existent au sein de notre groupe. Elle s'appelle Debout/Assis, parce que je vais vous demander de vous lever et de vous asseoir à plusieurs reprises. Je vous poserai quelques questions - comme dans un sondage. Si tu veux répondre 'Oui', lève-toi s'il te plaît. Si c'est difficile pour des raisons physiques, s'il te plaît lève la main, pour dire oui. Comme je l'ai expliqué, tous les exercices sont volontaires."

REMARQUE : Repère les participants qui ont des défaillances physiques. S'il y a des participants qui ne voient pas bien, rappelle-toi de dire le nombre des personnes se levant après chaque question "debout / assis".

Commence par des catégories "debout / assis" qui sont faciles et peu menaçantes. Les catégories plus difficiles et plus personnelles suivront plus tard.

"Dans l'exercice Debout/Assis, nous allons apprendre ce que nous pensons de la violence."

Par exemple (tu peux également utiliser des questions pertinentes du modèle d'atelier sur la diminution des préjugés.)

"Pour qui existe-t-il trop de violence dans le monde?"

En Europe? En Suisse? Dans ton village? Dans cette école/dans ta vie quotidienne? Parmi tes ami-e-s?"

Où? Dans la rue? Dans la ville voisine? Dans les centres de loisirs? Dans la cour d'école? A l'école? Sur le chemin de l'école? Au vestiaire? Où sinon?"

"Dans ton entourage, la violence a-t-elle tendance à s'accroître? Diminue-t-elle? Est-elle stable?" "Les êtres humains, sont-ils trop violents? Pas assez violents? Assez violents?"

Agresseur/Victime

"Maintenant, nous allons voir quels groupes nous percevons comme violents. Qui est plutôt confronté avec la violence en tant que victime ou en tant qu'agresseur? Je vais mentionner un groupe et dire ensuite 'agresseur' puis 'victime'. Lève-toi pour "agresseur", si tu penses qu'ils sont plutôt des agresseurs, ou pour "victime", si tu penses qu'il s'agit plutôt de victimes. Tu peux te lever pour les deux, s'ils assument les deux rôles. Il s'agit ici d'images que nous avons en tête, de la première réponse spontanée qui nous vient à l'esprit, et non pas de réponses réfléchies."

Exemples de groupes:

(Pas trop lentement, afin que les participant-e-s ne puissent pas réfléchir et afin qu'il n'y ait pas de grandes discussions.)

Agresseur?! Victime?

Adolescents Garçons

Filles

Bébés

Adultes

Enseignant-e-s

Parents, pères, mères

Frères et soeurs

Skinheads

Dentistes

Ceintures noires au karaté

Politicien-ne-s

Agents de police

Conducteurs/trices de voiture

Conducteurs/trices de moto

Piétons

Cyclistes

Conducteurs/trices de camions

Dépendants de drogues

Dealer de drogues

Personnes qui se sont souillées

Pollueurs?

Étrangers, étrangères

Suisses, Suissesses

Requérants d'asile

Joueurs de foot

Soldats

Es-tu plutôt agresseur? Plutôt
victime?"

La télé, est-elle violente? Trop violente?

Les filins, sont-ils violents? Trop violents?

Les nouvelles, sont-elles violentes? Trop violentes?

Qui aime parfois regarder des films violents? Qui a peur en faisant cela? Qui a peur, mais ne l'avouerait jamais?

Les films violents, rendent-ils les spectateurs plus violents?"

(Tu peux demander à quelques participant-e-s de dire pourquoi ils ont répondu oui à cette question.)

(plus lentement, tout à fait décontracté)

"Nous grandissons tous avec différentes expériences concernant la violence dans notre famille d'origine. Comme nous l'avons vu aujourd'hui, il existe de la violence physique (comme battre) et de la violence psychique (comme les insultes). Dans certaines familles, il y a peu de violence physique et psychique, dans certaines il y en a parfois, dans d'autres souvent. Pour qui n'y avait-il presque jamais de violence sous quelque forme que ce soit à la maison? Pour qui parfois? Pour qui souvent?"

"Dans certaines familles, la violence émane plutôt des hommes et des garçons, dans d'autres plutôt des femmes et des filles, dans d'autres encore, à égalité. Chez qui dans sa famille, les femmes et filles sont-elles plus violentes que les hommes et les garçons? Chez qui, dans sa famille, les hommes et les garçons sont-ils plus violents que les femmes et les filles? Dans quelles familles y a-t-il à peu près égalité?"

Dans certaines familles, la violence émane plutôt des enfants et des adolescents, dans d'autres plutôt des adultes. Chez qui, dans sa famille, la violence, émane-t-elle en majeure partie des enfants et adolescents? Chez qui dans sa famille en majeure partie des adultes? Chez qui y a-t-il à peu près égalité?"

(Quel que soit le nombre de personnes qui se sont levées, il faut savoir que de très nombreux enfants - aussi en très bas âge - subissent de la violence dans leurs familles de la part de leurs frères et sœurs aîné-e-s ou des adultes.)

Violence cachée

(A cet endroit, il serait adéquat de parler de la violence envers les enfants. La maltraitance infantile se passe souvent de manière cachée.)

"Il existe également de la violence cachée - de la violence qui est souvent gardée secrète. Beaucoup de gens agissent comme si cette violence n'existait pas ou ne se passait qu'à la télévision. "La violence cachée" signifie la guerre, la maltraitance infantile, la violence sexuelle, les tentatives de suicide, la violence entre époux etc. Peut-être as-tu connu ces types de violence en tant que victime, témoin ou agresseur et es-tu décidée à ne pas en parler ici. Il est important que nous nous rendions compte que ce type de violence ne se passe pas uniquement à la télévision.

- Tout à l'heure, je vais dire "la violence cachée". Si tu veux montrer que tu connais quelqu'un qui a déjà vécu un de ces types de violence, tu peux te lever." (Répète la liste des types de violence cachée.)

"La violence cachée."

"Qui veut dire de quel type de violence il s'agit/s'agissait? Ces personnes peuvent rester debout et dire sans pression ce dont elles ont envie."

Besoin d'aide

"Si tu avais un-e ami-e qui était battu-e ou maltraité-e et qui avait besoin d'aide, que pourrais-tu dire ou faire?" (Recueille des idées du groupe. Exemples: écouter le problème, l'inviter à dormir quelques nuits chez toi, aider à trouver de l'aide, par exemple chez des parents, enseignants, grands-parents, chez un-e avocat-e, à la police, un service de consultation etc.)

REMARQUE:

Parfois les enfants et adolescents réagissent à la violence cachée de façon perplexe. Là, un ton léger et sans contrainte de la part de l'animateur/trice et des questions ouvertes au groupe peuvent aider. Exemples de questions ouvertes: "Parfois, il faut une personne adulte qui aide, comme le/la prof., le curé/prêtre, parrain ou marraine. Chez qui irais-tu?"

C'est le bon moment pour faire référence aux services d'aide organisés, aux personnes de contact ou au numéro de secours 147.

Autres questions

"Qu'auriez-vous envie de savoir les uns des autres, qui peut être formulé sous forme de question Debout/Assis?"

REMARQUE:

Si le groupe a des difficultés à poser une question "debout/assis", tu peux leur proposer de discuter avec un/e voisin/e pour en trouver une. Demande-leur ensuite s'ils en ont trouvées.

10H50 – 60' - CERCLE DES FRÈRES/CERCLE DES SOEURS

"Dans notre société, les hommes et les garçons vivent parfois la violence d'une manière différente que les femmes et les filles. Dans le prochain exercice, nous avons la possibilité de considérer ces différences et ressemblances. Nous allons faire les mêmes exercices dans deux groupes, un pour les hommes et les garçons, l'autre pour les femmes et les filles. En comparant les réponses par la suite, il est possible que nous apprenions quelque chose l'un de l'autre. Nous savons que nous ne pouvons pas faire une enquête scientifique avec un si petit groupe - mais peut-être allons-nous quand même découvrir quelques tendances intéressantes."

"Nous allons nous rencontrer dans 35 minutes dans la salle principale." (Si tu as plus de temps, tu peux prolonger cette période.)

(Les animateurs masculins vont avec les hommes et les garçons dans une salle, les animatrices vont avec les participantes dans une autre salle. Prends le manuel et le papier du flip-chart avec toi, afin d'écrire les réponses de la manière qui suit. Convenez avant l'atelier quelles questions vous avez envie de poser. Cet exercice vise à créer un tableau comme suit:

	souvent	parfois	rarement/jamais
1. Jeux de tuer	5	3,5	2,5
Jeux de consoler	3	5	3
2. être blessé-e	pleurer	3	
	vengeance	5	
	chez le docteur	2	
	crier	4	
être agressif/ve	facilement	7	
	ça dépend	4	
	difficilement	2	
	(avec des paroles, des coups, etc.)		
3. Surnoms	garçon manqué, prostituée, fille facile		
	trouillard, lavette, femmelette, pédé		
4. Peur de la violence	grands hommes, l'obscurité, dans la forêt, personnes soûles		
se défendre	spray, rester à la maison, karaté		
5. l'autre sexe	drague, ne pas prendre au sérieux, toucher		
se défendre	souvent 5	parfois 3	jamais 2
	(comment? Rendre le coup, chercher des copains, ridiculiser, ignorer....)		

Procédure: les participant-e-s se divisent en deux groupes. Fais le rapport de la manière suivante:

Jeux de tuer/Jeux de consolation:

"D'abord quelques questions concernant les jeux d'enfance.

As-tu participé à des jeux où il fallait tuer ou dans lesquels tu pouvais être tué-e?

A quels jeux as-tu joué?"

(les participant-e-s nomment quelques exemples comme la guerre, cowboys et indiens, gendarmes et voleurs, Nintendo etc. Pour les filles il est parfois important de demander si elles ont joué la mise à mort ou le décès lors de jeux de rôle ou de drames passionnels)

"Qui a joué aux poupées? Les soldats, les super-héros, les bonshommes Lego, les dinosaures sont aussi des poupées."

"Ces poupées, se sont-elles battues et sont-elles mortes?" "Qui a joué à des jeux où il fallait tuer, pour gagner?"

"Maintenant nous allons faire une petite enquête au sujet de ce type de jeux que j'appelle jeux de tuer'. En tant qu'enfant, as-tu joué à ces jeux de tuer (avec ou sans poupées) souvent, parfois ou rarement jusqu'à jamais?

Souvent?

Parfois?

Rarement jusqu'à jamais?"

Compte les mains et note les chiffres.

"Il existe d'autres jeux, où l'on console ou soigne quelqu'un qui est triste, seul ou blessé. On peut y jouer avec ou sans poupées. Qui a participé à ces jeux en tant qu'enfant? Quels jeux?"

"Maintenant nous faisons une enquête sur ce type de jeux, que j'appelle jeux de consolation ou jeux des soins'. Etant enfant, as-tu souvent, parfois ou rarement jusqu'à jamais joué à ces jeux de consolation' (avec ou sans poupées)?

Souvent?

Parfois?

Rarement jusqu'à jamais?"

Compte les mains et note les chiffres.

Etre blessé-e ou agressif/ve

"Rappelle-toi un incident, dans lequel quelqu'un t'a fait mal au niveau corporel. Comment as-tu réagi? (Variante: Fais avec un-e partenaire une liste de tes réactions au moment de la blessure ou brièvement après. Vous avez au total quatre minutes.)"

"Quels mots décrivent ta réaction?"

(Ecris les mots et demande combien de personnes ont réagi de cette manière. Note le nombre à chaque proposition.)

REMARQUE:

A un moment donné, tu peux mentionner des thèmes comme le fait de (ne pas) pleurer, d'éprouver des phantasmes de vengeance, de devoir avaler sa rage.... Si quelqu'un mentionne une "règle de socialisation des sexes", comme "il ne faut pas pleurer (garçons,)/ donner des coups (filles) ", demande à cette personne quand et de qui elle a entendu cela.

Peut-être dirais-tu: "La blessure est souvent cachée chez les garçons ou est reliée à la honte. Qui a été élevé de cette manière ou qui a entendu les REMARQUE suivantes de ses copains/copines?"

"Tu ne dois pas montrer quand tu es blessé ou lorsque tu as mal."

"Pleurer n'est que pour les filles."

"Tu ne dois pas montrer tapeur."

Souviens-toi d'un moment où tu étais tellement énervé-e que tu as voulu, que tu aurais pu ou que tu as effectivement battu quelqu'un. (Attends une minute.) As-tu donné des coups? Pourquoi?

Pour qui est-ce qu'il est facile de donner des coups? Difficile? (pour les adultes: Pour qui était-il facile de donner des coups à l'âge de douze ans? Difficile? Et maintenant?)

Compte les mains et note la réponse.

(Si quelqu'un dit "Ca dépend", pose la question "Ca dépend de quoi?")

(Pour un groupe d'adultes: "As-tu changé tes habitudes par rapport aux coups à un certain âge? A quel moment? Comment? Pourquoi?")

(Pour un groupe plus jeune: "As-tu ta propre règle pour savoir à quel moment tu es autorisée à donner des coups et à quel moment tu ne l'es pas?")

Suppose que tu veuilles blesser quelqu'un sérieusement, comment le fais-tu? (Ou pour les adultes: "Comment le faisais-tu à l'âge de douze ans?")

Recueille toutes les stratégies et note-les.

REMARQUE:

Généralement, les filles utilisent plus de méthodes verbales, les garçons plus de méthodes physiques. Plus tard, en comparant les réponses des deux groupes, ils/elles peuvent dire quelle méthode ils/elles préfèrent, laquelle ils/elles aiment le moins et pourquoi. Les différences liées à la taille relative et à la dextérité verbale parmi les garçons et les filles sont également très intéressantes.

Surnoms

Pour les femmes:

En étant enfant, comment appelait-on une fille qui se battait, qui jouait au ballon de façon brutale ou qui se défendait?

(Noter les réponses.)

S'il n'y a pas de réponses: Comment les filles et les femmes, se sont-elles insultées?

Pour les hommes:

En étant enfant, comment appelait-on un garçon qui n'était pas prêt à se battre?

(Noter les réponses.)

REMARQUE:REMARQUE:

S'il n'y a pas de réponses: Comment les garçons et les hommes, sont-ils insultés?

Pour tous:

Est-ce que tu as déjà vécu le fait que quelqu'un te dise... (exemple d'un surnom)? Dans quelle situation? C'était comment pour toi?

Est-ce que tu as déjà dit à quelqu'un qu'il/elle était un-e... (exemple d'un surnom)? Dans quelle situation? Pourquoi?

(Le fait est que ces surnoms sont utilisés pour imposer les stéréotypes sexuels:

- Pour les hommes et garçons: une contrainte à la violence corporelle, des tests de courage, la pression du groupe.

- Pour les femmes et filles: réduire leur comportement agressif ou leur confiance en soi, interdire des activités stéréotypiquement "masculines", les fixer sur le sexuel, parce qu'elles se centrent soi-disant trop ou pas assez sur les garçons, parce qu'elles rendaient les autres jalouses, étaient trop sexy ou parce qu'elles ne se soumettaient pas à la norme vestimentaire.)

Peur de la violence

"Dans quelle situation as-tu peur de la violence?"

(Note les réponses.)

REMARQUE :

Un point: Les femmes ont souvent peur dans les rues sombres, principalement lorsqu'elles sont seules et elles réfléchissent à une manière de gérer cela. Les hommes le font beaucoup moins ou ne l'avouent pas. Les garçons ont plutôt peur des groupes et des adversaires plus forts. Cette comparaison devrait être un thème, quand les deux groupes sont ensemble. Où la responsabilité des hommes se trouve-t-elle, si les rues peuvent être dangereuses pour les femmes?

"Quelles précautions prends-tu afin de prévenir cette violence ou pour te défendre?"

(Note les réponses.)

(Filles: Spray, cours d'auto-défense, rester chez soi la nuit, fredonner, crier - elles se retrouvent tirillées - d'un côté ne pas trop se laisser intimider, d'un autre côté être consciente du danger et agir en conséquence.)

(Garçons: souvent très peu - évitement, ne pas aller dans la grande ville la nuit)

La violence et l'autre sexe

"Comment vis-tu la violence de la part de l'autre sexe (en classe, à l'école)?"

(Note les réponses.)

Sais-tu te défendre? Souvent? Parfois? Rarement?

(Note les réponses.)

"Comment peux-tu te défendre? Que fais-tu concrètement?"

Alternative supplémentaire (si tu as le temps):

Du comportement menaçant et aimable

"Cherche maintenant quelqu'un qui a à peu près la même taille que toi. Restez debout face à face, mettez vos mains sur les épaules de votre partenaire et poussez le plus fort possible, sans se blesser ou faire tomber l'autre. Plus fort. Plus fort. Stop.

Restez une nouvelle fois avec les mains sur les épaules, sans vous pousser. Caressez maintenant les épaules de votre partenaire de manière douce. Plus doux. Bien."

"Maintenant, nous faisons un peu de théâtre. Restez à un mètre l'un-e de l'autre. Nous faisons des gestes et mimiques pour exprimer différents sentiments. Je vais nommer une émotion que vous allez exprimer l'un après l'autre à l'aide de gestes corporels, sans toucher les autres personnes."

"D'accord? Prêt-e-s?"

Etre vexée

La colère

La menace

Etre dominant-e

Etre violent-e

La haine

(Parcourir une deuxième fois la liste, si nécessaire.)

L'amitié
La tendresse
La pitié
S'excuser
Apprécier l'autre
L'amour

(Parcourir une deuxième fois la liste si nécessaire.)

Demande à tous/toutes de s'asseoir.

Dis "Qu'avez-vous remarqué? Quels sentiments étaient plus faciles? Plus difficiles?"

(Note les réponses.)

Questions supplémentaires (si tu as le temps):

"Pour quelle cause vaudrait-il la peine de mourir?"

"Pour quelle cause risquerais-tu ta vie ou la vie des autres?"

(Note les réponses - discussion au sujet de la guerre et des armes, phantasmes, jeux et réalité.)

Pleurer

"Quand as-tu vu pleurer ton père, ton oncle, ton grand-père? Quand as-tu vu pleurer ta mère, ta tante ou ta grand-mère? Qui est-ce qui pleure davantage, moins? Pourquoi les gens pleurent-ils?"

"Nous pleurons parce que cet acte peut nous aider à nous sentir mieux, quand nous sommes blessé-e-s ou tristes. Tant les hommes que les femmes peuvent profiter de l'acte de pleurer quand ils/elles sont blessé-e-s ou tristes."

Retourne à la salle principale avec ton groupe.

Avec les deux groupes:

Lisez les deux rapports à voix haute, d'abord le premier point des femmes ou des hommes, ensuite de l'autre groupe, ensuite le deuxième point etc.

"Qu'est-ce que cela nous dit de la violence pour les hommes et les femmes? Que pourraient apprendre les hommes des femmes? Que pourraient apprendre les femmes des hommes?"

Suite à quelques réponses, tu peux dire quelque chose comme ce qui suit, mais seulement si c'est adéquat pour ce groupe:

"La plupart des garçons ont joué à des jeux de violence pendant des centaines ou même des milliers d'heures, la plupart des filles rarement. Les filles consacrent leur temps à faire des "jeux de consolation". Pourquoi joue-t-on à ces jeux? Je suppose que les filles consolent plus

souvent leurs poupées et jouent plus souvent à la maman (jouer avec des poupées, les soigner, les punir etc.), parce qu'elles remarquent tôt que dans notre société, c'est principalement les femmes qui gardent les enfants et parce qu'elles comprennent qu'elles vont être des femmes plus tard. Elles sont curieuses, comment se sentent celles qui s'occupent des bébés et qui font le ménage? Même si leur propre mère travaille en dehors de la maison et que leur père fait beaucoup à la maison, elles comprennent que c'est une exception."

"De façon analogue, les garçons apprennent que la violence meurtrière est une affaire d'hommes. Les soldats, les policiers, les criminels, les cowboys et les indiens, presque tous ceux qui portent des armes sont des hommes. Les garçons veulent comprendre ce que ça veut dire d'expérimenter ces rôles. Pour cette raison, ils jouent avec les armes, même s'ils n'ont qu'un crayon ou un doigt à disposition."

"Les garçons qui ont de la peine à montrer de la rage et aiment être doux, sont souvent la cible de moqueries. Mais la tendresse est un besoin humain. Parfois, il me semble que les garçons aiment bien se battre', parce que, sinon, ils ne peuvent jamais se toucher. Cela a une grande influence, si nous voulons réduire la violence. Devons-nous nous disputer pour pouvoir nous prendre dans les bras?" (Des différences culturelles concernant le toucher parmi les hommes peuvent également être discutées.)

"Les filles qui ont de la peine à montrer leur rage aux autres et qui ne peuvent qu'être aimables ne sont peut-être pas prêtes à se défendre. Une partie importante des cours d'auto-défense est de trouver la rage au lieu de la peur et de la transformer en force. Tous et toutes sont parfois frustré-e-s ou se sentent négligé-e-s, comment peut-on y faire face? Si la rage est censurée, elle peut se diriger vers l'intérieur en tant que haine de soi ou dépression. Qu'est-ce que les femmes doivent faire pour pouvoir s'imposer?"

"Nous devons beaucoup apprendre les un-es des autres. Beaucoup d'hommes et de garçons doivent apprendre à consoler ou à montrer quand ils sont blessés ou tristes. Beaucoup de femmes et de filles doivent apprendre à s'imposer, à se défendre et à être fières d'elles-mêmes.

(SI TEMPS LE PERMET) - 50' - GROUPES D'INTÉRÊT: TYPES DE VIOLENCE

"Durant la partie suivante de l'atelier, nous pouvons apprendre comment différentes personnes ont vécu la violence. Chacun-e de vous va avoir la possibilité de penser à un type de violence, «il/elle a vécu d'une façon ou d'une autre, soit en tant qu'agresseur, victime ou témoin. Tu va constituer un groupe d'intérêt avec les autres participant-e-s qui ont également vécu ce type de violence. Vous allez préparer un rapport oral que vous allez présenter au groupe entier plus tard. Ce rapport répondra à la question suivante:

Quel type de violence ne veux-tu plus jamais vivre, soit en tant qu'agresseur, victime ou témoin?

(Ecris la question sur le tableau/flip-chart.)

"Nous allons faire une liste de types de violence. Afin d'obtenir une liste la plus large possible, tourne-toi s'il te plaît vers ton voisin/ta voisine et cherchez ensemble un à deux types de violence que tu veux avoir en tant que thème d'un groupe d'intérêt. Il faut que cela soit un type de violence que tu as personnellement vécue, d'une manière ou d'une autre, dans ta propre vie ou dans ton cercle d'amis ou dans la famille, maintenant ou avant dans ta vie. Il faut un type de violence dont tu considères important qu'il soit empêché. Il doit s'agir d'un type de violence au sujet duquel les autres participant-e-s de l'atelier devraient - à ton avis - apprendre quelque chose.

Exemples de groupes d'intérêts possibles: Grand contre petit, la violence parmi les garçons, parmi les filles, entre garçons et filles, la violence entre Suisses et étranger-e-s, la violence entre les adultes et les enfants, entre prof et élèves, entre n'importe quel groupe et un autre, la violence de plusieurs contre une personne, la violence dans la rue, dans la cour d'école, à l'école, dans la famille, la violence qui mène à la blessure physique, la violence psychique, le racisme, le sexisme etc. (des combinaisons sont encore mieux, comme par exemple la violence parmi les garçons dans la cour d'école.)"

"Cherche maintenant un ou deux thèmes possibles pour des groupes d'intérêt avec ton partenaire.

Ecris avec l'autre animateur/trice les idées au tableau/flip-chart. Si des types de violence importants manquent, demande s'il y a un intérêt (comme par exemple la violence dans la famille, à l'école, entre filles et garçons). Il pourrait être intéressant d'entendre quelque chose à ce sujet.

"Aujourd'hui, tu peux participer à un seul 'groupe - type de violence'. Nous avons besoin d'au moins deux personnes pour former un 'groupe - type de violence'."

(Lis la liste à voix haute.)

"Lève ta main, si tu veux participer à la discussion d'un groupe d'intérêt. On ne vote qu'une fois."

(Les groupes avec une seule voix sont biffés, sauf si le thème est important.)

"Est-ce que tout le monde est dans un groupe?" (Indique des lieux de discussion dans la salle.)

"N'oubliez pas la question, ni que vous devez préparer un rapport écrit sous forme de mots-clés.

Vous ne devez pas le rendre, mais vous pouvez l'utiliser comme support lors de votre présentation orale. Quel type de violence ne veux-tu plus jamais expérimenter? Pourquoi?

Quelques exemples concrets seraient souhaitables."

(Donne aux participant-e-s sept minutes, pour préparer les rapports.) Va de groupe en groupe et dis-leur quand il ne reste plus qu'une minute.

(Cet exercice donne la possibilité aux participant-e-s de se raconter des histoires au sujet de la violence. Les élèves entendent ce que les autres pensent de la violence.)

Les rapports des groupes d'intérêts

Fais venir chaque groupe dans son entier au centre afin qu'ils présentent leur rapport.

(Pendant la présentation de chaque groupe d'intérêt, observe les orateurs/trices, pour déterminer s'ils/elles sont des candidat-e-s pour raconter une histoire personnelle vécue ou si d'autres sont plus adéquats parce qu'ils/elles sont plus vifs/vives et ont beaucoup de choses à dire.)

Après la présentation de tous les rapports, demande aux participant-e-s s'ils/elles ont été particulièrement touché-e-s par l'un ou l'autre rapport et s'ils/elles avaient appris quelque chose de nouveau. Demande ce que les rapports ont en commun. (Chacun-e veut être laissé-e tranquille et ne pas être menacé-e par la violence.)

11H50 – 120' - PAUSE DE MIDI/REPAS

Prie les participant-e-s d'être prêt-e-s à reprendre l'atelier à 13h30. Tu pourrais peut-être dire: "La séquence de l'atelier qui aura lieu tout de suite après la pause de midi est consacrée aux témoignages, il est donc très important que vous soyez à l'heure." Planifie la reprise de l'atelier à 13h40 sans tenir compte du nombre de personnes présentes.

Le choix des "conteurs":

Si tu t'es déjà décidée pour certain-e-s bon-e-s "conteurs/conteuses", tu pourrais solliciter leur collaboration avant qu'ils partent manger. En cas de refus de leur part, tu auras ainsi le temps d'évaluer avec ton/ta partenaire la collaboration d'autres candidat-e-s éventuel-le-s. Prie les participant-e-s de raconter une histoire au sujet de la violence qu'ils/elles ont personnellement vécue.

Recherche de candidat-e-s pour les témoignages:

Prends les candidat-e-s à part et parle-leur seul à seul. S'il ou elle est en train de parler avec quelqu'un, interromps poliment la discussion et dis: "Est-ce que je pourrais te parler deux minutes?"

"La première séquence après la pause de midi s'intitulera 'Témoignages'. Ce sera une occasion pour certain-e-s de raconter à tout le groupe une expérience personnelle de discrimination. Serais-tu prêt à raconter un exemple spécifique où tu as expérimenté la violence (par exemple le racisme, la violence contre les filles, un combat, une bagarre, un conflit avec les parents/adultes/enseignant-es, la violence contre un groupe, la vengeance, la bagarre entre frères et sœurs. .etc.), qui était douloureux pour toi et que tu as envie de raconter au groupe?"

REMARQUE:

- *Cherche les thèmes importants pour le groupe.*
- *Les agresseurs peuvent également raconter de bons témoignages -parfois au sujet du fait d'être agresseur ou d'en avoir la réputation et parfois au sujet de leurs expériences de victime. S'ils/elles peuvent montrer leur côté fragile, ils/elles deviendront peut-être moins agressifs/ves.*
- *L'exclusion, les moqueries, les surnoms sont souvent importants dans un groupe qui se connaît bien, comme une classe.*

Si quelqu'un refuse, dis: 'Merci. C'est d'accord, tu n'auras pas à le faire.'

Si par contre on te répond: "Je n'ai pas d'exemple qui me vienne à l'esprit", tu pourras dire: "Nous sommes nombreux à avoir appris à ne pas accorder d'importance à nos propres expériences. Veux-tu que nous y réfléchissions un moment tous les deux?" Si la personne est d'accord, demande-lui: "As-tu été blessé-e de quelque manière que ce soit dans ton enfance? Est-ce qu'on s'est moqué de toi? Etais-tu exclu-e? Etais-tu considéré-e comme moins important-e et

*moins bon-ne que les autres?" Si la personne n'a toujours pas d'idée, dis-lui:
"Quoi qu'il en soit, merci."*

Repas

Si certain-e-s participant-e-s souhaitent déjeuner avec toi, tu peux refuser poliment. C'est à toi de décider. Le repas est un moment important pour toi et ton/ta partenaire pour vous soutenir mutuellement ainsi que pour estimer votre travail. N'oublie pas de toujours dire ce qui marche bien dans l'atelier et dans votre collaboration - quelle que soit la façon dont tu te sens, tout en cherchant à améliorer votre travail.

Après le repas

En saluant les participant-e-s de nouveau, tu peux commencer avec une question comme celle-ci: "Qui a vécu de la violence pendant la pause de midi? Quel type de violence? Qui aimerait expérimenter moins de ce type de violence? Si tu aimes bien ça, tu ne pourras pas y mettre fin. Mais si tu veux que ça cesse, nous pouvons nous exercer peut-être cet après-midi."

13H30 – 60' - TÉMOIGNAGES

Facultatif : Pour se chauffer, prononcer les noms correctement (5 minutes)

C'est souvent une bonne façon de commencer l'après-midi que de passer aux "Histoires personnelles vécues".

"Etant donné que nous provenons de diverses cultures, certaines personnes s'aperçoivent que leur nom est souvent mal prononcé. Qui a un nom ou un prénom qui sont souvent mal prononcés?" Les personnes concernées devraient se lever. Donne à chacun une chance de dire son nom en le prononçant clairement et correctement pour que tout le monde puisse l'apprendre et le répéter ensemble.

Introduction aux témoignages

Cette activité constitue le moment essentiel de l'atelier, il faut donc l'introduire soigneusement. Voici comment préparer le terrain pour les témoignages:

Par exemple:

"Nous commençons maintenant une séquence de l'atelier qui s'appelle témoignages. Pendant la pause de midi, j'ai invité quelques personnes à réfléchir à une expérience de violence et à la raconter aux participant-e-s de l'atelier. Tout le monde était libre d'accepter ou de refuser. C'est donc de leur propre gré qu'elles prendront la parole devant le groupe."

"En écoutant des témoignages, nous apprenons quelque chose sur la violence. Mais nous ne le ferions pas si ce n'était bon que pour les auditeurs/trices. C'est également positif pour ceux/celles qui racontent, lorsque d'autres personnes écoutent attentivement. On se rend compte à ce moment-là qu'on n'est pas tout-e seul-e et le fait de raconter peut avoir un effet libérateur."

"Ces histoires peuvent être courtes ou longues, drôles ou tristes. Nous avons tous et toutes fait différentes expériences avec les émotions. Qui vient d'une famille dans laquelle les émotions fortes sont exprimées facilement et franchement? (Levez la main, svp.)"

"Qui vient d'une famille où les émotions étaient à peine exprimées, où il n'était pas convenable de montrer publiquement ses émotions? (Levez la main, svp.)"

"Qui vient d'une famille où les hommes et les femmes ne traitaient pas les sentiments de la même manière -- l'un-e des deux parents montrait ses sentiments, l'autre non? (Mains.)"

"Nous avons tous et toutes des réactions différentes par rapport aux émotions exprimées publiquement. Dans cet atelier, nous avons appris que le récit de ces histoires, précisément parce qu'elles sont si personnelles, peuvent influencer les personnes plus que toutes les autres séquences de l'atelier."

Comment diriger les témoignages

Appelle la première personne qui va raconter son histoire, et offre-lui de lui tenir la main. Si elle refuse, cela n'a pas d'importance.

Répète la question que tu as posée antérieurement à cette personne pour que tout le monde puisse l'entendre. Par exemple:

"J'ai prié Pierre de réfléchir à une expérience personnelle d'exclusion, qui était douloureuse pour lui et qu'il souhaite nous raconter aujourd'hui."

Place-toi respectueusement près de la personne, accorde-lui toute ton attention pendant qu'elle raconte son histoire. Lorsque la personne a fini de raconter dis-lui:

"Imaginons que nous puissions remonter le temps et retourner au moment précis où cela est arrivé. Si tu pouvais dire n'importe quoi venant de ton intérieur profond et que tu savais que la personne en question ne t'entendra jamais, qu'aurais-tu aimé lui dire alors?"

Offre tes mains jointes et dis:

"Pourrais-tu secouer mes mains pendant que tu t'adresses à cette personne?"

S'il ou elle te secoue et exprime de l'indignation, trois répétitions suffiront. Ne fais pas trop durer la chose.

Il est souvent utile de répéter les mots hostiles qui ont été prononcés. Cela aide la personne à trouver les paroles de rage et de contrariété qu'il/elle cherche à exprimer.

REMARQUE:

N'interromps pas les témoignages, sauf si la personne en est déjà à son cinquième exemple, ou que tout porte à croire que l'histoire ne finira jamais. Dis alors: "Merci beaucoup, malheureusement le temps nous oblige à interrompre ici."

Si la personne reste très raisonnable et ne trouve pas de réponse à faire à l'adversaire dans son histoire, propose quelque chose du type "Comment oses-tu me traiter de cette manière? Ne me fais plus jamais cela! Je vaudrais autant que toi! Arrête! Tu ne dois plus jamais me faire une chose pareille!"

En s'adressant au groupe :

A la fin de chaque histoire, demande à la personne si elle désire dire quelque chose au groupe ou connaître les réactions du groupe, de sorte qu'elle soit contente d'avoir raconté son histoire.

En admettant que la personne dise: "Je veux être sûr/e qu'à l'avenir les gens lutteront contre de tels problèmes", pose la question au groupe: "Qui fera plus d'efforts pour que plus jamais un tel problème ne resurgisse?" (mains)

Comme prochaine étape, adresse-toi au groupe et demande: "Qui veut dorénavant s'efforcer plus de s'engager contre... (la discrimination en question)?" (Mains!)

Variante A

Prie la personne qui a raconté son histoire de se rasseoir. Demande au groupe:

"Qu'est-ce qui t'a touché dans l'histoire de Pierre?"

Variante B

"Qu'est-ce qui vous est venu à l'esprit en écoutant l'histoire de Pierre?"

La variante "B" provoquera certainement la production d'autres histoires des participants. Choisis cette possibilité si tu as l'impression que certaines personnes ont été touchées par l'histoire et que leurs propres sentiments ont refait surface à travers l'histoire racontée.

Après la première "histoire personnelle vécue" suivront la deuxième, la troisième et ainsi de suite jusqu'à épuisement du temps prévu.

REMARQUE IMPORTANTE:

C'est une responsabilité importante de l'animateur/trice d'empêcher que la personne qui fait le témoignage soit embêtée par des questions provenant du groupe. Interviens rapidement si cela se passe! Ta responsabilité principale pendant le témoignage est de t'occuper de la personne qui raconte son histoire."

Après une histoire personnelle, il n'est pas serviable au conteur/à la conteuse d'entendre des conseils bien intentionnés, etc. Il peut être serviable d'entendre ce qui a touché les gens ou s'ils ont vécu des expériences similaires.

Traitement de ce qui a été exprimé en groupes de deux (10 minutes)

(S'il ne reste plus assez de temps supprime cette partie)

10 minutes avant la pause, tu prieras tous les participants de chercher un nouveau partenaire (rappelle-leur constamment de former de nouveaux groupes). Prie-les de se raconter leurs propres histoires de discrimination. Ils disposeront de 5 minutes en tout. Quand ils reviennent, demande-leur:

"Qui a envie de raconter au groupe comment il/elle a vécu la discrimination?" Les participants restent à leur place pour raconter leur histoire.

Au cas où personne ne veut raconter d'histoire personnelle vécue:

(Uniquement pour cette situation exceptionnelle)

Même introduction mais supprime une partie (que tu as auparavant prié certains candidats de raconter leur histoire).

Que tous les participants forment maintenant des groupes de quatre, et qu'ils se racontent dans ces petits groupes ce qu'ils ont vécu comme discrimination douloureuse, et qu'ils sont prêts à raconter aujourd'hui dans le petit groupe. (En tout 15 minutes en petits groupes de quatre)

Quand tout le monde se retrouve ensemble, pose la question suivante:

" Qui a envie de raconter à tout le monde ce qu'il/elle a raconté dans le petit groupe? Je vous rappelle que nous avons décidé au début de ne parler que pour nous-mêmes et non pour les autres." (Les participants peuvent rester à leur place, donc pas devant le groupe).

Tu as le temps jusqu'à la pause pour cette activité. Si elle se termine avant parce que personne n'a pris la parole, fais la pause un peu plus tôt et consacre plus de temps aux jeux de rôles.

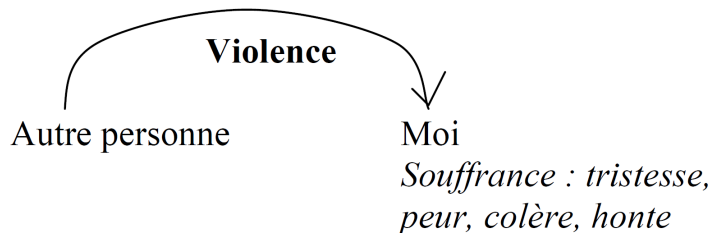
14H30 – 15' - PAUSE

14H45 – 10' - D'OÙ VIENT LA VIOLENCE?

"Si nous voulons prévenir la violence ou la réduire, il nous est utile de comprendre d'où vient la violence."

Violence

Dessine le schéma suivant au tableau/flip-chart:

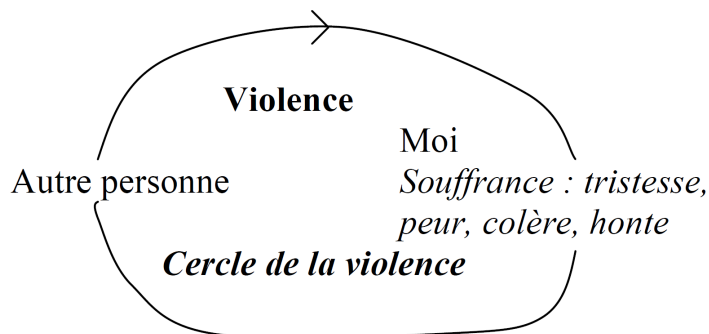


"Parfois une autre personne me fait subir de la violence: Celle-ci peut être physique ou - psychique, infligée à travers des poings ou avec des mots. Cela me fait mal et dès lors, j'éprouve différents sentiments comme la tristesse, la peur, la rage, la honte ou tous ensemble. Souvent, la situation évolue de la manière suivante: Je réagis, en faisant également subir de la violence sous une forme ou une autre à l'agresseur. Je me sens mieux pour un bref instant. Je ne me sens plus comme la victime: "Voilà, tu vois, tu sais maintenant comment on se sent quand on est blessé!"

Pendant un moment, j'ai l'impression d'aller mieux, mais cela ne dure pas. En fait, cela ne soulage pas ma tristesse, ma peur, ma honte ou ma rage."

Cercle de la violence

Complète le schéma:



"L'autre personne me fait la même chose, je lui rends son coup, elle me le rend, et nous avons finalement un cercle de violence. (Dessine un cercle avec une flèche et inscris le terme "cercle de violence"). Nous sommes tous et toutes pris dans ce cercle, parfois avec nos meilleures ami-e-s, nos parents, proches et partenaires. Après un certain temps, personne ne sait plus qui a commencé, nous savons seulement à qui c'est le tour. Nous appelons ceci un cercle de violence. "e

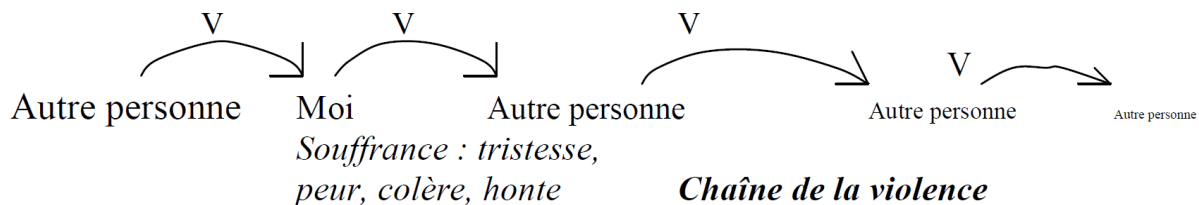
"Parfois, je crois savoir que je ne peux pas rendre le coup. Peut-être ne sais-je pas qui m'a blessée, par exemple quand un inconnu m'a volé quelque chose (dessine "T" à côté de "Autre personne") ou quand l'autre me semble trop puissant (écris AUTRE PERSONNE en majuscules). Là, je suis frustré-e. Que pourrais-je faire avec ma tristesse, ma peur, ma honte ou ma rage?"

"Une possibilité fréquemment choisie est de chercher une autre victime qui est très souvent plus

faible. Cela engendre une chaîne de violence, qui peut se développer davantage. Nous appelons le dernier maillon de la chaîne 'bouc émissaire', ou 'personne marginale'. Plusieurs chaînes de violence aboutissent à cette personne. Est-ce que quelqu'un en connaît un exemple?"

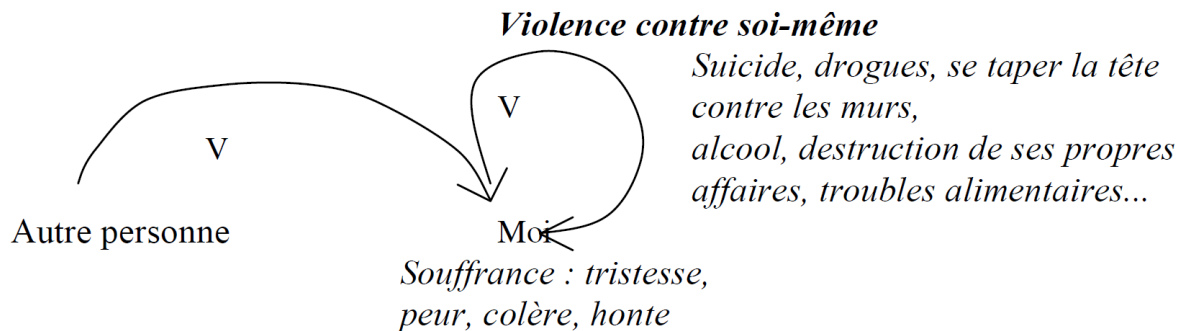
Chaîne de la violence

Dessine le schéma suivant au tableau/flip-chart:



"Cette personne peut à son tour chercher quelqu'un de moins fort etc. Nous appelons cela une chaîne de la violence. (Dessine des flèches dans le schéma et inscris le terme 'chaîne de la violence') Exemples: les 18-ans menacent les 14-ans, qui dérangent les 10-ans qui volent chez les sept-ans. Un-e employé-e est réprimandé-e par une personne hiérarchiquement supérieure, rentre à la maison et insulte son/sa partenaire. Cette personne agresse le fils aîné qui va menacer le cadet. Le dernier va donner un coup de pied au chat."

Violence contre soi-même



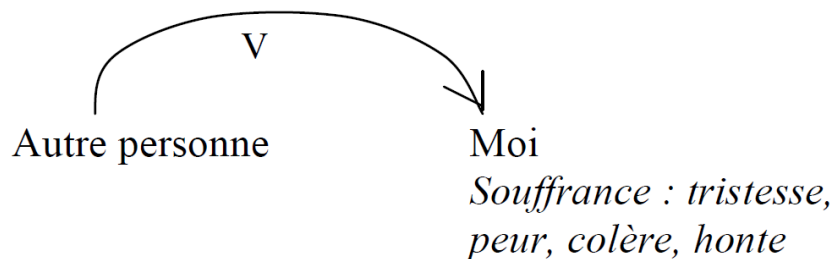
"La violence émane souvent de blessures psychiques non intégrées. Il y a également des personnes qui ne transmettent pas la violence aux autres. Elles se mettent elles-mêmes en

position de victimes. C'est de la violence contre soi-même. Vous connaissez des exemples de cela?" (Note les exemples.)

"Parfois, la violence nous semble être irrationnelle, mais du point de vue de l'agresseur, il y a presque toujours une raison - une blessure dans le passé ou de la douleur. La violence fait partie d'un schéma propre à la personne, c'est une réaction à la douleur subie dans le passé, à une maltraitance dans le passé. A ce moment, le/la promoteur/trice de paix peut intervenir. Les promoteurs/trices de paix se rendent compte de ce qui se passe: un cercle de violence, une réaction en chaîne, de la violence contre soi-même. A ce moment, ils/elles interrompent le schéma propre à la personne, en assistant la personne pour trouver un autre chemin qui permette de gérer sa douleur, sa tristesse, sa peur, sa rage ou sa honte."

Promouvoir la paix

"Mais comment peut-on promouvoir la paix?" (Recueille les idées et inscris-les dans le schéma.)

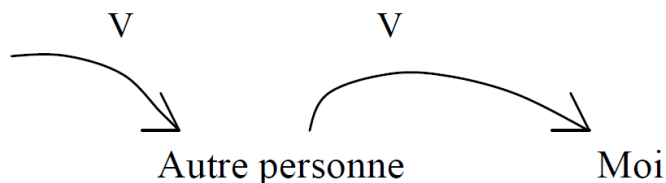


Promoteur de la paix

Écouter, s'interposer, être un-e ami-e, proposer un compromis, aider quelqu'un, proposer de laisser libre cours à la rage en criant, compter jusqu'à dix, séparer victime et agresseur, détourner l'attention, raconter une blague, appeler au secours, poser une question etc...

"J'ai dit au début que 'l'autre personne' me fait subir de la violence. Je crois qu'il y a toujours une histoire, une raison, pour laquelle l'autre personne devient violente. Souvent, ce sera à cause du fait qu'elle a vécu de la violence elle-même. Nous oublions facilement cela.

(Dessine une flèche et un 'V devant 'l'autre personne')



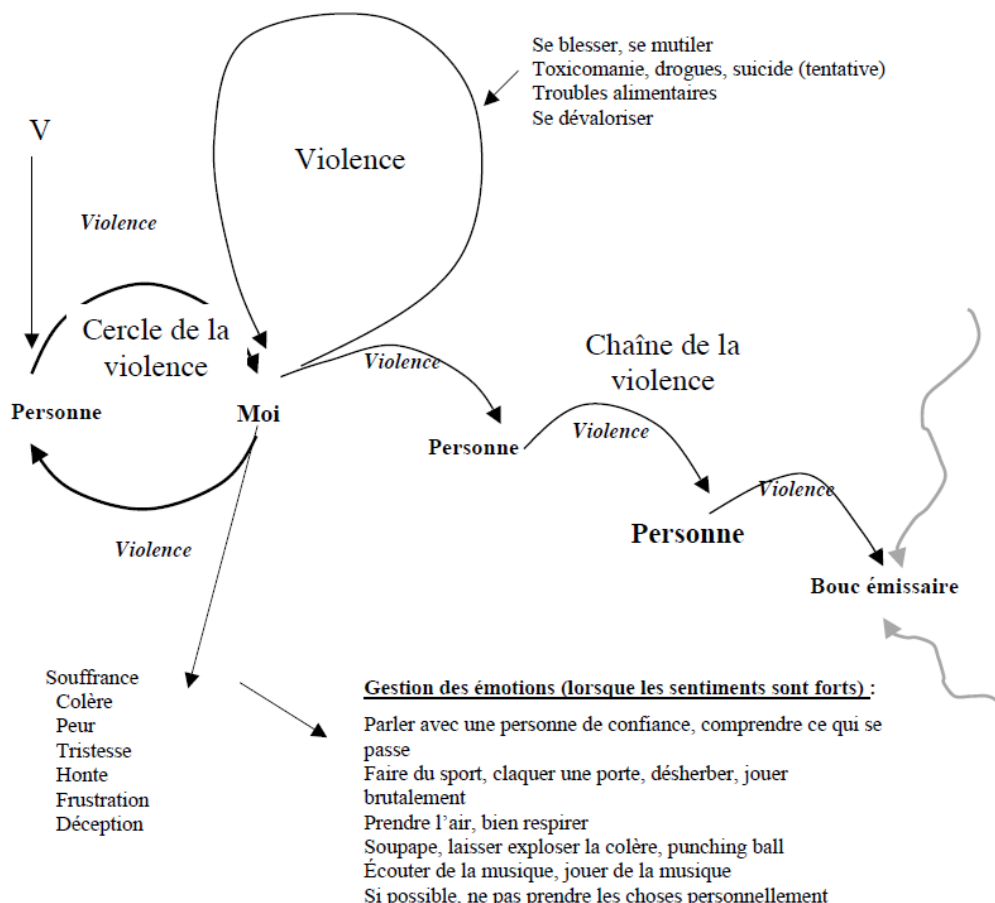
Gestion saine des émotions

Pour mettre fin aux cercles de la violence, aux chaînes de la violence ou à la violence contre soi-même, nous devons trouver un moyen de gérer de façon constructive les émotions (telles que la colère, la peur, la tristesse ou la honte) que nous ressentons souvent dans des situations conflictuelles.

- En parler avec un ou une collègue, la famille, des personnes de confiance – une personne qui sait
- écouter et accorde de l'attention.
- Laisser exploser la colère : laisser sortir les émotions dans un lieu où cela n'aura pas de conséquences négatives ! Crier, jurer, pleurer, danser, faire du sport, écouter ou jouer de la musique, punching ball...
- Faire quelque chose qu'on aime ; faire quelque chose qui nous fait plaisir.
- Résoudre les conflits en écoutant attentivement, par l'intervention d'alliés, en cherchant le dialogue avec la personne concernée...

« Dans quelle mesure y a-t-il pour toi et les personnes qui t'entourent des possibilités de laisser exploser leur colère de manière saine? Comment est-il possible de favoriser cet aspect ? »

Analyse des conflits : d'où vient la violence ?



15H00 – 50' - JEUX DE RÔLES: PROMOUVOIR LA PAIX

Le but est de pouvoir faire au moins deux jeux de rôles. Si tu as plus de temps, utilise-le pour des jeux de rôles supplémentaires.

Prie les participant-e-s de chercher un-e nouveau/elle partenaire et de préparer une liste spécifique de types de violence qu'ils/elles ont vécu/vivent en tant que victime, témoin, agresseur. Il s'agira de choisir des situations dans lesquelles ils/elles entendent des remarques. etc. et où ils/elles interviendraient volontiers pour faire changer l'attitude de l'interlocuteur. Si l'atelier a lieu dans un environnement de travail ou dans une école, encourage les participant-e-s à penser à des incidents qui se passent actuellement dans leur lieu de travail (ou à l'école). Pour des participant-e-s plus jeunes, des conflits avec des frères et sœurs ou les parents sont également importants.

Fais discuter les participant-e-s à deux pendant quelques minutes. Lorsqu'ils reviennent, note les exemples sur le tableau/flip-chart avec l'aide de ton/ta partenaire d'animation.

Prie les participant-e-s de se lever et de s'étirer un peu. Dis-leur de ne pas quitter leur place. Pendant que le groupe se relaxe, détermine avec ton/ta partenaire quels exemples conviendraient pour les jeux de rôles.

Critères de sélection pour les jeux de rôles:

1. Pertinent pour de nombreux/euses participant-e-s
2. Questions qui n'ont pas encore été abordées jusqu'ici (par exemple le racisme)
3. Différents types. Ne choisis pas un exemple de violence physique sans histoire préliminaire claire, car là, le fond n'est souvent pas déterminable.
4. Exemples avec lesquels vous, les animateurs/trices, êtes prêts à travailler.

"Nous voulons nous exercer à répondre en tant que promoteur/trice de paix dans des conflits. Nous avons élaboré une liste de différents chemins pour promouvoir la paix."

"Aujourd'hui, nous ne vous donnons pas de recette facile, qu'on peut toujours utiliser dans toutes les situations. Malgré tout, nous voulons montrer qu'il existe des stratégies possibles pour faire face à la violence, à l'aide desquelles nous pouvons promouvoir la paix."

Les animateurs/trices montrent trois exemples; le premier illustre une réaction d'ignorance, le deuxième une réaction de riposte et le troisième le respect mutuel.

"Lorsque nous vivons de la violence, nous sommes touchés à notre point le plus faible. Pourtant, tant que la rage nous habite, il ne nous est pas possible de raisonner clairement. C'est pourquoi nous ne pouvons pas trouver de réponses constructives à la situation. C'est pour cela que je dois d'abord prier la personne de dire à l'agresseur tout ce qu'elle a envie de lui dire tout à fait spontanément, des tréfonds d'elle-même. Je vais encourager la personne à laisser d'abord sortir toutes ses émotions fortes et seulement par la suite à développer des réponses efficaces."

Demande à la personne qui a exposé l'incident choisi de se mettre devant le groupe. Prie-la de répéter sa description de la situation. Tu ne veux pas une trop longue histoire: une phrase ou une remarque que tu peux répéter en tant qu'animateur/trice de l'atelier, suffira. Prie la personne de prendre tes mains et de les secouer, pendant qu'elle te dit ce qu'elle aurait envie de dire à l'agresseur. Dis aussi que dans le jeu de rôles, personne ne doit être battu ou blessé physiquement.

Exemple:

La situation: Avant le repas, quelqu'un bouscule toujours le/la participant-e.

L'animatrice de l'atelier joue cette situation:

Elle se met devant la personne et dit: "J'étais là avant toi!"

"Prends mes mains, secoue-les et dis à la personne ce que tu aurais eu envie de lui dire. Qu'aurais-tu envie de dire? Pas ce qui serait efficace! Pas quelque chose de poli! Ce que tu as eu envie de dire à partir de tes tripes!"

Répète cette remarque, pendant que la personne y réagit avec ses émotions. La personne pourrait par exemple dire:

«Connasse! Pourquoi penses-tu que tu sois si importante! T'es une vraie pétasse, toi!"

Rappelle au groupe que ces réponses proviennent de l'intérieur, des émotions, des tripes et ne sont pas des exemples de réponses efficaces. FAITS CLAIREMENT LA DIFFERENCE ENTRE EMOTIONS ET REPONSES EFFICACES POUR PROMOUVOIR LA PAIX. Quand les émotions sont extériorisées d'abord, cela aide la personne à penser clairement et à concevoir par la suite une réponse efficace.

Tourne-toi vers le groupe et dis: "Voyons maintenant ce que serait une réponse efficace."

Cherche un-e volontaire disposé à jouer le rôle de l'agresseur. N'oublie pas de dire aux participant-e-s: "Nous ne supposons évidemment pas que cette personne (qui joue l'agresseur) se comporterait de cette manière!"

Prie la personne dans le rôle de l'agresseur de répéter la remarque blessante ou la provocation. Demande maintenant à l'autre personne de chercher des réponses efficaces. Mets fin au jeu de rôles au bout d'une minute environ. Quelques échanges suffiront.

Demande aux participant-e-s ce que la personne intervenante a bien fait. Fais dire quatre ou cinq éléments positifs. Sois attentif/ve à ce que chaque commentaire soit clairement positif.

Demande ensuite aux participant-e-s ce qui pourrait être encore mieux. Quatre ou cinq conseils pour une amélioration suffiront.

Points d'enseignement

A un moment quelconque pendant les propositions d'amélioration, essaie de transmettre quelques éléments théoriques importants:

1. Etablis ce qui, dans une telle situation, renforce ou fait diminuer l'attitude défensive. Les réponses qui renforcent l'attitude de défense rendent le changement d'attitude plus difficile. Le ton de l'intervention est essentiel. Certains tons renforcent ou

- affaiblissent l'attitude de défense. Une façon de parler qui accepte l'autre et ne le condamne pas est plus efficace.
2. Tu ne peux pas avoir deux clients à la fois. Une personne qui fait des plaisanteries ou des REMARQUE hostiles peut être considérée comme quelqu'un qui n'a que peu d'estime pour elle-même et qui recherche par conséquent un auditeur. Si tu réagis toi aussi avec tes propres sentiments violents, il est peu probable que l'autre t'entendra à moins que tu ne lui accordes ton attention et que tu l'écoutes au préalable.
 3. Demande-toi pourquoi l'autre personne se comporte de cette manière. Souvent, cette personne a été jugée mauvaise, bête ou injuste, sans qu'il y ait eu examen des motivations et douleurs qu'elle a probablement expérimentées.
 4. Traite l'autre avec respect Ne montre en aucune façon que tu te sens supérieur-e, par exemple que tu ne te permettrais jamais de te comporter de cette manière. Nous ne sommes pas meilleurs que d'autres seulement parce qu'ils ne parviennent pas à soulager paisiblement leurs sentiments blessés.

Quand le groupe a donné quelques conseils utiles, encourage l'intervenant-e à en expérimenter un, que tu estimes le plus efficace en tant qu'animateur/trice. Si le groupe ne fait pas de propositions, c'est à toi d'en faire quelques-unes. Répète le jeu de rôles. Fais jouer une ou deux répliques.

REMARQUE:

*Il arrive que quelqu'un dise: "Oui, cela marche pour ce genre de provocation, mais pas pour cette autre, par exemple..." Il est important de ne pas se laisser distraire
Dis: "C'est une bonne question, mais pour le moment nous allons faire cet exemple. Si nous avons assez de temps, nous pourrions peut-être expérimenter cette autre remarque plus tard"*

REMARQUE:

Beaucoup de personnes apprécient apparemment le rôle de l'agresseur et continuent à jouer ce rôle sans tenir compte des efforts de l'intervenant-e. La première fois, cela n'a pas d'importance. La deuxième fois par contre, lorsque les conseils utiles ont été donnés, rappelle à 'l'agresseur' qu'il/elle doit être prêt-e à changer d'attitude quand l'intervenant fait quelque chose d'efficace. Sinon le groupe perdra tout espoir pensant que "Tout cela ne sert à rien".

Stratégies didactiques pour les jeux de rôles

"Les promoteurs/trices de paix se rendent compte des relations et chemins qui mènent à la violence et savent comment les différents types de réactions peuvent être employés:"

ce qui augmente la violence	ce qui diminue la violence
<ul style="list-style-type: none"> - développer et semer la haine - les provocations - un environnement inadéquat - les rumeurs et mauvaises informations - l'ennui et son expression - l'ivresse - les conflits - le fait de prendre parti 	<ul style="list-style-type: none"> - refroidir, compter jusqu'à 10 - poser une question: "où se trouve le vrai problème?" - choix du meilleur moment et du meilleur lieu pour parler? - la vérité - l'animation, l'intérêt - attente, ce n'est pas le moment pour une discussion - la communication, le compromis, la justice - écoute des deux parties au conflit

Nous devons apprendre à utiliser les stratégies listées à droite.

Les meilleures stratégies sont celles, inédites, que tu développes spontanément pendant chaque jeu de rôle. Voici quelques exemples pour stimuler ta réflexion :

1. Ressens et montre ta joie et ton plaisir au contact de l'autre, même si celui-ci fait des plaisanteries humiliantes. Par exemple: "As-tu entendu l'histoire du Belge?" Réplique: "Je suis content-e que tu m'aies raconté cette blague. J'ai essayé de me demander pourquoi nous pensons que les Belges nous font rire."
2. Essaie de trouver quelle est la blessure qui se cache derrière la remarque: par exemple "Ma petite sœur me tape sur les nerfs!" Réplique: "Pourquoi les petites sœurs cherchent-elles le contact de cette manière-ci?"
3. Participe activement et ne prends pas des airs supérieurs. Par exemple: "Je sais qu'elle a obtenu ce poste de travail parce qu'elle est une femme et qu'elle est jolie." Réponse: "J'ai entendu plusieurs personnes dire la même chose. Je serais curieux/se de savoir pourquoi on pense qu'une jeune et jolie femme n'obtient le poste qu'à cause de cela et pas parce qu'elle est qualifiée."
4. Ecoute et approche-toi de la personne. Ne confonds pas "écouter" et "être d'accord". Ecouter quelqu'un par principe et de façon attentive est souvent le seul moyen de faire changer quelqu'un. Faire taire l'autre ne modifie en rien son attitude! Au lieu de cela tu peux intervenir bien plus efficacement en donnant l'occasion à l'autre d'exprimer ses frustrations (de faire sortir la pression). Par exemple: "S'il fait cela encore une fois, je le tue!" Réponse: "Raconte davantage. Le vis-tu fréquemment?"

REMARQUE supplémentaires:

1. Refroidir

Si les esprits se sont échauffés au cours du conflit, le promoteur/la promotrice de la paix doit les aider à refroidir. Dis seul-e à seul-e quelque chose comme: "Il est évident que ce conflit provoque en toi des émotions profondes. Il est très difficile de trouver une solution quand les émotions sont très présentes. D'abord, nous faisons un exercice, qui sert à relâcher les émotions. Qu'aurais-tu envie de dire à cette personne? Pas quelque chose de poli. A partir du ventre. (Encourage une réponse rude.) Bien. Cela ne serait probablement pas efficace dans une telle situation, mais cela aide à voir la situation plus clairement."

"Peux-tu maintenant décrire le conflit du point de vue de l'autre?" (Essai) Question aux auditeurs/trices: "Comment la personne a-t-elle montré qu'elle est capable de retracer la position de l'autre? Où n'était-il pas tout à fait convaincant?"

Critères:

Ambiance/Ton:	sarcastique, pas convaincant?
Choix des mots	des mots faibles, pas convaincant?
Langage du corps	pas de contact avec les yeux, pas convaincant?

"Une capacité essentielle qu'on devrait soigner, afin de résoudre un conflit, c'est celle de comprendre la position des autres. Une méthode très importante pour prévenir la violence et résoudre les conflits consiste à dire: "Un instant, s'il te plaît --je veux être sûr-e que je comprends bien ton opinion. A ton avis... etc.. etc. "

"Ceci montre que tu as écouté l'autre. Ceci peut attirer l'attention sur le fait qu'un conflit s'est développé à partir d'un malentendu. Ceci peut aussi t'aider à situer le vrai conflit."

2. Moqueries, sensibilité exagérée, provocations - qu'est-ce que cela cache?

"Souvent le conflit semble démesuré. Par exemple, deux personnes se touchent par hasard et l'une explose et menace l'autre. La question cruciale est de savoir ce qui se passe en profondeur." "Voici un exemple. Le conflit semble peu grave, mais le thermomètre est haut. Qu'est-ce que cela pourrait révéler?" (Demande d'abord à l'intervenant-e, ensuite aux auditeurs/trices)

Questions:

- Répétition: cette situation, se répète-t-elle souvent?
- Quelles sont les blessures, les problèmes de l'autre personne?
- Pourquoi l'autre personne se comporte-t-elle de cette manière?

"En sachant ce qui se cache derrière un conflit, il devient possible de mettre le vrai problème sur le tapis. Par exemple, si deux soeurs ou deux frères se battent chaque soir pour le plus grand morceau de gâteau, cela révèle peut-être une lutte pour l'attention des parents ou une lutte au sujet du statut au sein de la famille."

3. Le passé (l'exemple s'avère être une répétition d'anciennes expériences)

"Est-ce la première fois que cela s'est passé? Y a-t-il eu d'autres situations semblables avant? Qu'aurais-tu préféré dire ou faire dans ces situations? Existe-il une possibilité d'agir autrement, qui serait plus positive pour toi?"

"Parfois, nous nous retrouvons régulièrement dans des situations similaires. Peut-être nous en rendons-nous compte, peut-être pas. Parfois seul un-e ami-e ou un-e collègue remarque que nous souffrons toujours de la même chose. Que peut-on faire dans une telle situation?"

"Il -existe toujours d'autres possibilités d'actions, différentes de celles auxquelles nous nous sommes habitués. Nos réactions peuvent être fortement influencées par notre passé. A ce moment-là, nous ne réagissons pas de façon créative, mais à partir d'habitude ou à partir d'un réflexe. Il nous semble qu'il n'existe aucune autre solution."

"Si nous avons la possibilité de nous pencher sur nos premières expériences de ce type et de les comprendre, nous pouvons changer ces habitudes et réflexes. Pour cela nous avons besoin de quelqu'un avec qui nous pouvons discuter de cette situation. Chaque personne a besoin d'autres personnes auxquelles il/elle peut faire confiance. Il peut s'agir de parents, d'enseignant-e-s, d'un collègue ou d'une collègue, d'un curé ou d'un prêtre, d'un conseiller ou d'une conseillère. Cette personne peut aider quand on ne parvient pas à trouver des alternatives soi-même. Tout-e seul-e, il est très difficile de changer les habitudes."

4. L'entourage/Le témoin

Souvent, il n'est pas facile de résoudre un conflit au milieu des témoins ou au sein de l'entourage concerné. Les autres crient "Donne-le-lui!" ou "Lâche!". On ne veut pas perdre la face devant les autres. A ce moment-là, on peut essayer de résoudre le conflit ailleurs. "Il ne faut pas se donner en spectacle face aux autres. Nous pouvons nous rencontrer plus tard, pour trouver une solution juste."

L'humour peut également être efficace pour changer l'ambiance. Par exemple: "Ah, je comprends -- celui qui crie plus fort, espère convaincre l'autre." ou "Cinq contre un --est-ce une querelle ou un massacre?"

Peut-être serait-il utile d'inviter une troisième personne en laquelle les deux ont confiance. Celle-ci est un témoin qui est prêt à aider.

Que fait ce type de témoin? il ou elle peut :

- essayer de clarifier le conflit: Demander aux parties ce qu'elles veulent dire exactement et exiger de l'autre personne de répéter ces propos clairement.
- favoriser un refroidissement des esprits ou un déplacement du conflit.
- rechercher la cause du conflit: "Qu'est-ce qui se cache derrière?" Ce conflit semble irrationnel, il doit y avoir quelque chose derrière.
- proposer que la question du conflit soit reformulée:
- trouver des compromis, partager
- quels sont les intérêts communs?
- chercher des conseils
- . chercher un "juge" en qui les deux ont confiance
- s'éviter mutuellement

15H50 – 10' - CONCLUSION

Tous et toutes sont debout en un cercle. Pose les deux questions suivantes aux participant-e-s:

1. Qu'est-ce qui a été un moment fort de l'atelier, qu'as-tu appris?
2. Que planifies-tu pour réduire la violence dans ta vie?

Evaluation

FÉLICITEZ-vous d'avoir une fois de plus terminé un atelier avec succès!

Les animateurs/trices se posent les questions suivantes:

1. Qu'est-ce qui a bien marché pendant cet atelier?
2. Où es-tu fier/fière de la façon dont tu as mené le groupe?
3. Où es-tu fier/fière de la façon dont l'autre a mené le groupe?
4. Comment pourrais-tu améliorer l'atelier la prochaine fois?
5. En quoi consistent deux ou trois choses que chacun pourrait faire pour améliorer son style d'animation? Comment se soutenir mutuellement pour atteindre ces améliorations?
6. Qu'est-ce que tu as particulièrement aimé concernant votre collaboration?
7. Que pourrais-tu faire pour améliorer le travail en commun?
8. Y a-t-il des parties de l'atelier qui pourraient nécessiter les conseils de NCBI ou d'autres personnes? Lesquelles?

16H00 - FIN

ANNEXES

ETAPES POUR LES TÉMOIGNAGES

1. La personne raconte l'histoire dans laquelle elle a expérimenté de la violence, qui a été douloureuse, et dont elle a envie de faire part au groupe. Ecoute avec respect.
2. La personne te secoue les mains et te dit les paroles les plus grossières et les plus basses qu'elle voudrait lancer rageusement à la tête de l'autre. Tu répètes les REMARQUE blessantes, afin de soutenir ce dévouement.
3. Demande à la personne à la fin si elle avait envie de dire quelque chose au groupe ou si elle désire entendre quelque chose des participant-e-s, pour pouvoir se sentir parfaitement bien après avoir raconté son histoire?
4. Demande au groupe s'il voudrait garder en mémoire l'expérience du "conteur/de la conteuse": "Qui va, à l'avenir, s'investir davantage contre ce type de violence et qui est prêt-e à s'investir davantage pour cette personne et pour d'autres personnes qui subissent ce type de violence?"
5. Le "conteur/La conteuse" s'assied. Quelques auditeurs/trices partagent avec le groupe ce qui les a particulièrement touché-e-s en écoutant ce témoignage.

ETAPES POUR LES JEUX DE RÔLES

1. Les participant-e-s cherchent à deux des exemples de situations dans lesquelles ils/elles ont vécu la violence en tant qu'agresseur, témoin ou victime.
2. Etablis une liste de ces exemples au tableau.
3. Choisis l'une de ces REMARQUE pour y travailler; invite la personne (personne A) qui a proposé l'exemple à se mettre devant le groupe.
4. Pour commencer, c'est toi qui prends le rôle de "l'agresseur" et tu répètes les paroles plusieurs fois. La personne A secoue tes mains et dit à la personne toutes les grossièretés qui lui viennent à l'esprit.
5. Cherche un-e volontaire qui puisse jouer l'agresseur, c.-à.-d. prendre ton rôle (personne B). Cette personne vient se mettre devant le groupe.
6. La personne B répète la remarque méprisante en s'adressant à la personne A. La personne A s'exerce à des stratégies efficaces, afin de promouvoir la paix dans cette situation.
7. Sollicite des REMARQUE de la part des participant-e-s: "Quelles réactions de A ont été efficaces? Qu'est-ce qui pourrait être amélioré?"
8. Etablis très clairement (au tableau) la liste des stratégies qui se sont avérées efficaces: ton/humeur, qu'est-ce qui renforce ou diminue l'attitude de défense de l'interlocuteur. Pas deux fois "Aïe"! (il ne faut pas qu'il y ait deux personnes qui se plaignent simultanément), où se trouve la blessure de l'autre personne, qu'est-ce qui réduit la violence...
9. La personne A reprend l'exercice - avec les nouvelles stratégies apprises.