

La Lettre *Eduquer à la non-violence et à la paix*

REVUE TRIMESTRIELLE À DESTINATION DES ENSEIGNANTS ET DES ÉDUCATEURS - JUIN 2015 / N°32



Coordination pour l'éducation à la non-violence et à la paix

Des outils pour construire la paix à petits pas (3)

Télécharger La Lettre ou s'abonner

www.education-nvp.org/la-lettre

N° 32

ÉDITORIAL..... 2

INTRODUCTION

Hommage à Armen Tarpinian 3-4

ANALYSE DE FOND

Armen Tarpinian : L'Art de la Paix 5-6

Témoignages

Pascal Gbahode : L'élève est un (pré) ado, moi son prof, un être humain. Quand les intelligences émotionnelles et la CNV contribuent à trouver sa place..... 7-8

Anne Gonnet : Créer une bonne ambiance dans sa classe 10

Agnès Barangé, Marie Echelard et Marie Lebrun-Benard : Un pas supplémentaire pour améliorer le climat scolaire : un atelier de théâtre-forum dans une classe de CM1/CM211-12

Brigitte Mesdag : Vivre la non-violence au quotidien.....13

Céline Bétourné : Trois acteurs éducatifs = un projet.....14

Témoignages des participants : Formation des guides de paix « Discoverpeace » dans Paris15-16

Erick Desmazières, Françoise Raffault, Marie-Catherine Leduc : Se pacifier soi-même pour mieux vivre ensemble17

Fiches pédagogiques

Anne Férot-Vercoutere : Un outil pour tisser une relation d'empathie..... 9

Annie Ghiloni : Le mandala coopératif 18

Florent Pasquier : Visualisation guidée : "l'expérience culminante".....19

RESSOURCES.....20-21

ÉDITORIAL

Par le comité de rédaction de La Lettre

Le comité de rédaction
de La Lettre est
ouvert :
rejoignez-nous !

APPEL À CONTRIBUTIONS
PROCHAINS NUMÉROS

33 : Changer de regard : de
l'intolérance à la tolérance.

CONTACT :
Coordination pour
l'éducation à la
non-violence et à la paix
148 rue du Faubourg Saint-
Denis - 75010 PARIS
lalettre@education-nvp.org
01 46 33 41 56

COURRIER
DES LECTEURS

Venez nous faire part de vos
commentaires sur ce numéro
de La Lettre et de vos envies
pour les prochains numéros

lalettre@education-nvp.org

Voici notre 3^e(et dernier) volet d'« outils pour construire la paix à petits pas ». La teneur et la richesse des articles et fiches reçus nous ont obligés à les séparer pour mieux vous les offrir. Le défi est lancé ! « L'Art de la Paix est déjà une réalité » nous affirme Armen Tarpinian en ajoutant « on peut espérer que l'on mettra moins de temps pour développer une culture et un art de la paix que les millénaires durant lesquels l'homme s'est constitué une culture et un art de la guerre ». L'Unesco a lancé ce défi de 2001 à 2010 avec la Décennie pour une Culture de Paix et de Non-Violence initiée par d'illustres Prix Nobel de la Paix. C'est ainsi que notre Coordination française pour une Culture de Paix et de Non-Violence est née tout comme beaucoup d'autres dans de nombreux pays. En 2010, nous nous sommes transformés en Coordination pour une Éducation à la Non-Violence et à la Paix pour continuer l'Aventure.

Nous comptons aujourd'hui 86 associations membres et plus de 100 parrains et marraines, personnalités issues de milieux très divers . Des graines sont semées par chacun de nous, chaque jour, dans sa vie quotidienne, professionnelle, privée, ... Ces trois numéros consacrés à nos outils pour construire à petits pas cette paix prouvent notre force et notre détermination.

Vous découvrirez dans ce dernier volet une belle analyse très déterminée d'Armen Tarpinian, grand humaniste engagé notamment à nos côtés dès l'origine de la Coordination, actif jusqu'au bout, malheureusement décédé peu avant d'avoir pu voir son dernier article publié.... Aussi, un hommage lui est rendu dans ce numéro. Puis, vous retrouverez les interventions et ateliers de notre forum de novembre 2014 concernant la communication non-violente et la médiation par les pairs, accompagnés de quelques articles et fiches ...

Oh ! bien sûr, le sujet est loin d'être épuisé mais le défi est lancé...

Avec *la Lettre 33*, nous ouvrirons une nouvelle porte : celle qui va permettre, en cherchant où se situent nos peurs, nos blocages, à regarder l'autre autrement, avec bienveillance plutôt que méfiance et/ou rejet, nous offrant les outils nécessaires en tant qu'enseignants, éducateurs, parents, ... pour permettre à nos enfants, nos jeunes, ... de cheminer vers la Tolérance non par faiblesse mais par esprit d'ouverture, respect, curiosité, appétence pour la différence.

Annie Ghiloni

HOMMAGE À ARMEN TARPINIAN

Armen Tarpinian n'est plus. De parents Arméniens forcés au départ de Turquie en 1915, il était né en 1923 en Bulgarie, sur ce chemin d'exil, avant d'arriver en France quelques mois plus tard. Il nous a quittés le 31 mai dernier, laissant une œuvre humaniste dont les principes et les actions sont consignés dans ses écrits et vivent dans le souvenir de ceux et celles qui ont été amenés à travailler avec lui.

Actif depuis 2001, au sein de ce qui s'appelait alors la Coordination française pour la Décennie pour une culture de paix et de non-violence décrétée par l'ONU en 2000, il y a participé, avec sa femme Eliane, à l'élaboration du programme rédigé par la Commission Education que présidait Vincent Roussel.

L'éducation était en effet le cœur de ses préoccupations et de son activité. Pour s'y consacrer, alors qu'il avait été dans sa jeunesse un poète reconnu, il avait laissé en veilleuse son inspiration poétique après

la publication, en 1953, d'un recueil intitulé *Le Chant et l'Ombre*, (réédité en 2009).

Il avait entrepris des études tardives et obtenu son diplôme d'éducateur spécialisé en 1960 puis de rééducateur des troubles du langage (dyslexie et dysorthographe) en 1962. Psychopédagogue auprès d'enfants et de jeunes en difficultés, il élargit ensuite sa pratique à la psychothérapie dans l'école, fondée par Paul Diel, de la Psychologie de la motivation. L'association du même nom (APM) est toujours membre de la Coordination.

A la mort de Paul Diel, en 1986, il fonde la *Revue de psychologie de la Motivation* qui rassemble des contributeurs éminents dans les domaines philosophique, psychologique et de l'éducation, où se reconnaissent plusieurs membres de la Coordination, et dont la variété des sujets abordés donne une idée de sa culture et de son ouverture d'esprit.

Infatigable promoteur de l'éducation psycho-sociale il avait co-fondé la Commission Education au sein du Projet "Transformation Personnelle-Transformation Sociale (TP-TS)" les deux jambes indissociables de ce qu'il appelait l'humanité bipède, et qu'il disait aussi nécessaires l'une que l'autre à l'avènement, dans le temps long (mais pas utopique) de l'évolution, d'une humanité pour qui la guerre ne serait plus la forme « normale » de gestion des conflits.

Ses travaux avaient donné lieu à la publication du livre *Ecole, changer de cap. Contributions à une éducation humanisante*. L'association du même nom (AECC) prendra activement la suite du projet TP-TS, avec en particulier l'organisation de deux colloques. La définition du changement de cap est là : avec un objectif trop restreint à la seule réussite scolaire et sociale l'école a oublié sa vocation anthropologique de promotion de la réussite humaine, meilleur moyen de prévention de l'échec et de la violence.



J'ai eu la chance de collaborer longuement aux deux aventures de la Revue et d'Ecole changer de cap et de profiter de ce que sa personnalité avait d'original et d'attachant, et son intelligence de lucidité et de finesse psychologique. Il compensait une autorité exigeante (et parfois épuisante de perfectionnisme !) par un humour, un amour des hommes et de la vie, particulièrement contagieux et

formateur.

J'emprunte le mot de la fin à celui qui clôt son recueil de poèmes et le décrit si bien : « Humour père de la tolérance, frère jumeau de l'amour ».

Maridjo Graner,
formatrice à l'Institut de formation à la
Psychothérapie de la Motivation

Poème d'Armen Tarpinian (1923-2015)
lu lors de l'assemblée générale de la Coordination (6 juin 2015)

L'Adieu en rimes

Là où je suis je ne suis plus
Mais c'est à travers ce poème
Qu'une fois encore et à jamais
Je vous dirai que je vous aime.
Ne laissons pas la nostalgie
Rompre la joie souveraine
Et retenons de la peine
Le prix qu'elle donne à la vie :
Quelle autre rime à poésie
Que le grand oui qui nous saisit ?

Le chant et l'ombre. Poèmes (1945-2005), 2009.



Merci Armen, merci Eliane

Dans le chœur des réactions spontanées qui ont été transmises à Éliane l'épouse d'Armen, je fais miennes celle de Daniel Favre : « Je suis triste de perdre un ami comme lui mais son exemple et son engagement jusqu'au bout éclaireront longtemps mon chemin » et celle d'Edgar Morin : « Tristesse infinie. Quelle bonté lucide chez cet homme ! Quelle belle conscience ! Je le pleure avec vous »

Un grand merci à Armen et à Éliane pour leur compagnonnage indéfectible dans ce combat difficile que nous avons mené pour une reconnaissance et la prise en compte par l'institution scolaire de l'éducation à la non-violence et à la paix. Ce souvenir de leur engagement souriant, confiant et enthousiaste, maintenant qu'Armen a fini ce monde, reste pour nous un encouragement, une force communiquée pour continuer ce combat jamais terminé.

Dans sa volonté de mettre en synergie toutes les forces qui travaillent à l'avènement d'une éducation humanisante, Armen rêvait de fonder un « réseau des réseaux » dans lequel, bien sûr, la Coordination française pour la Décennie aurait eu toute sa place.

Ce faisant, il nous a fait bénéficier de son propre rayonnement et de son réseau de connaissances. Il nous a ouvert au monde de la Psychologie de la motivation et de l'approche « Transformation Personnelle - Transformation Sociale ».

Notre collaboration a été amicale, joyeuse, fructueuse. Ce fut une collaboration avec gains mutuels. Armen a parfaitement intégré l'intuition de base de la Coordination en introduisant dans ses treize transformations nécessaires et possibles pour « Donner toute sa chance à l'école », la proposition n° 5 : Assurer la formation à la gestion non-violente des conflits, dans le champ de l'éducation psycho-sociale. Nous faisons nôtre les douze autres propositions sans difficulté.

Armen n'était pas un pessimiste utopique. Il était un optimiste réaliste. « Et d'où viendrait la joie tranquille du lézard ¹ ». De tout notre cœur Merci Armen et à son inséparable Éliane.

Vincent Roussel

parrain de la Coordination pour l'éducation à la non-violence et à la paix

Message lu le 8 juin 2015 aux obsèques d'Armen Tarpinian

Armen s'est joint très tôt au travail de notre Coordination, au début des années 2000, à un âge où d'autres auraient aspiré à une retraite bien méritée. Lui, au contraire, s'est investi avec persévérance, avec Eliane, dans les travaux de la commission pédagogique de notre Coordination. Cette commission, animée par Vincent Roussel, s'est attelée à la tâche passionnante de définir les principes et les modalités d'une mise en application dans les écoles d'une éducation à la non-violence et à la paix.

Armen a apporté à la commission sa longue expérience de psychologue engagé en faveur d'une éducation humanisante et de la promotion des compétences psycho-sociales. Il a ainsi collaboré à la rédaction du *Programme pour l'éducation à la non-violence et à la paix* que la Coordination a publié en 2005.

Armen a aussi participé à la vie de notre Coordination comme président de l'association Psychologie de la motivation qu'il avait fait adhérer à la Coordination - tout comme l'Association Ecole changer de cap ! qu'il avait fondée ces dernières années. Il a participé régulièrement à nos forums annuels « La non-violence à l'école » tant que sa santé lui en a donné la possibilité.

Armen nous a partagé sa sagesse, sa tranquille confiance et son humour. « Vivre, cela s'apprend », répétait-il. Créer les moyens pour que les enfants et les adultes apprennent à vivre de façon non-violente nous réunissaient. Nous poursuivrons sur ce chemin de vie, cher Armen, avec la mémoire de ton sourire bienveillant.

Christian Renoux

Président de la Coordination pour l'éducation à la non-violence et à la paix



¹ Un vers de son poème « La preuve par le lézard »

Dans l'esprit de notre très ancienne collaboration dans le cadre de la Décennie internationale pour la promotion d'une culture de la non-violence et de la paix au profit des enfants du monde je participe avec joie au nom du "Collectif Ecole changer de cap" à votre numéro dédié à "La paix à petits pas". Cette initiative de l'ONU date de 1998 et sa mise en œuvre de 2001. Je puise dans le numéro de la Revue de la Psychologie de la Motivation, "L'Art de la Paix", de 1999, les réflexions suivantes, toujours d'actualité. Cet article recensait les affrontements guerriers en Europe et ailleurs et les espoirs de paix alors en cours. Et s'interrogeait...

Du rapport de forces à la force des rapports

Comment parvenir à la sagesse du vivre ensemble si l'on ne domine pas en soi-même la folie qui divise ? Mais la place quasi exclusive que prennent les « mauvaises nouvelles » ne fausse-t-elle pas notre perception de la réalité ? on parle fort peu ou pas du tout du positif de la vie : de tout ce qui fait que la vie collective fonctionne ; des solidarités multiples et anonymes et du travail associatif ordinaire qui contribue à la santé, aux loisirs, à la culture. Un regard fidèle à la réalité ne peut être que pessimiste et optimiste à la fois. Le cancer de la guerre ne doit pas nous faire négliger les progrès de l'esprit de paix et de ses manifestations objectives.

« Il y aura toujours des guerres, car c'est dans la nature humaine ».

Et si ce lieu commun n'avait pas le poids anthropologique fatal qu'on lui prête ? En d'autres termes, peut-on à longue échéance faire confiance aux forces de coopération qui animent l'être humain, ou doit-on craindre que la haine l'emporte ? Il nous faut sortir de cette fausse symétrie si clairement dénoncée par François Géré dans ce numéro : « La paix ne saurait se définir selon une symétrie des états. La paix devrait apparaître comme la normalité et être capable de démontrer que la guerre constitue un accident, une perturbation, ou un instrument au service de la politique ».

Le réalisme pacifique qui fait de la paix la normalité et de la guerre une anomalie pathologique, de la résolution des conflits et mieux, de leur prévention, une stratégie et un art est-il une utopie ?

L'utopie n'est pas de croire à la possibilité - si lointaine et fragile qu'elle puisse être - d'une paix universelle ; c'est de croire y parvenir sans se donner ni les moyens ni le temps. Sa sécurité ne peut être assurée que liée à la justice sociale, comme à la liberté. La démocratie en est le passage obligé.

On peut espérer, les périls étant si grands et les leçons du siècle si brutales, que l'on mettra moins de temps pour développer une culture et un art de la paix que les millénaires durant lesquels l'homme s'est constitué une culture et un art de la guerre. Il faut rappeler que le temps de la culture est celui, nécessairement lent, de l'évolution de l'esprit, et non le temps du progrès technique.

Il s'agit pour l'être humain d'acquérir, évolutivement, un nouvel « organe » - le regard intérieur - qui lui permette de s'orienter dans sa délibération intime (Paul DIEL).

L'Art de la paix est déjà une Réalité, tout en demeurant la promesse d'une discipline nouvelle, d'une « transdiscipline », qui trouve ses fondements et ses outils dans les sciences humaines et sociales, mais aussi dans les pratiques politiques exemplaires (Nouvelle-Calédonie, Afrique du Sud), ainsi que dans les expériences d'associations militantes.

La difficulté est de comprendre les déterminations extérieures, accidentelles, des guerres, sans que leur complexité noie la compréhension des déterminations intérieures, essentielles : la tendance à se plaindre, accuser et se justifier sans réserve. Ce que le mythe biblique symbolise par la vanité jalouse de Caïn.



Goethe disait que l'amour-propre est la cause principale des guerres, Hobbes le tenait pour la troisième cause de guerre, après la rivalité et la méfiance.

Mais cette troisième cause n'est-elle pas entièrement présente dans les deux premières ? Le besoin naturel de reconnaissance et d'estime se transforme souvent, à travers notre histoire personnelle, en hyper-susceptibilité : terreau ordinaire de la violence, que les échecs, les humiliations, les exclusions, exacerbent.

Cela commence dans l'enfance. Faute d'obtenir de moi-même et d'autrui l'estime attendue, je me l'invente. J'accuse pour m'excuser : route tracée vers la croyance au bouc-émissaire. Je rêve de revanche, de m'imposer comme le meilleur.

La science de la paix inclut la double observation du monde extérieur et du monde intérieur. Il nous faut sur ces deux plans prendre conscience des conditions et des motivations qui nous mènent à la guerre ou à la paix.

La paix s'apprend dans la famille et trouve à se cultiver tout au long de la vie. Mais l'esprit de guerre naît aussi dans la famille, trouve à se fortifier à l'école - d'où sortent des vainqueurs et des vaincus - et s'exerce tout au long de la vie.

L'art de la paix ne consiste pas à vouloir dissoudre tout conflit - ce serait vouloir dissoudre la vie - mais d'apprendre à se libérer des motivations qui transforment les conflits en excroissances cancéreuses (haine, violence, fanatisme, guerre) et de renforcer celles qui nous réconcilient avec nous-mêmes et autrui.

Ces choses devraient être enseignées de l'école maternelle aux grandes écoles. Les décideurs, comme tous les citoyens, sont formés à des compétences ou des connaissances utilitaires, mais peu au savoir essentiel : la connaissance des motivations personnelles et collectives qui gouvernent les rapports humains. La formation aux relations humaines ne devrait-elle pas constituer le pivot de l'éducation civique ?

« Les guerres prenant naissance dans l'esprit des hommes, c'est dans l'esprit des hommes que doivent être élevées les défenses de la paix ».

Ce programme inscrit dans la Charte de l'UNESCO (1946) tend à s'établir avec force dans les pays démocratiques comme une nouvelle évidence : « La paix universelle peut advenir, car son désir est dans la nature humaine ». Conviction qui peut renverser la vieille croyance, résignée, en l'éternité des guerres. Il n'y a là ni angélisme ni rêverie, mais la conscience que l'humanité, qui s'expose par ses progrès mêmes à de graves et multiples menaces, n'a d'avenir que dans le choix conscient et résolu d'une économie libérée de ses aveuglements mercantiles, et d'une culture de paix dont découle une éducation à la paix : fondements d'un humanisme moderne qui civiliserait la mondialisation.

Armen Tarpinian

Président de l'Association École Changer de Cap (AECC)

Auteur de *Vivre S'apprend, Refonder L'humanisme, Chronique Sociale*, 2009

Président d'honneur de l'association de la Psychologie de la Motivation.

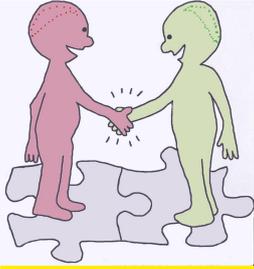
Fondateur-Directeur de la Revue de même nom (1986-2008)

site : www.apmotivation.free.net

Pour en savoir plus : voir la présentation des ouvrages du Collectif sur le Site de la Coordination. Pour découvrir son Histoire, ses auteurs, ses liens nationaux et internationaux, ses propositions concrètes, cliquer sur l'icône "Généalogie" et les icônes concernées en page d'accueil du Site www.ecolechangerdecap.net



Témoignage 1



L'élève est un (pré) ado, moi son prof, un être humain
Quand les intelligences émotionnelles et la CNV contribuent à
trouver sa place...

Nous possédons tous la compétence de médiation. Nous l'utilisons plus ou moins selon l'environnement, notre boussole intérieure, les sentiments qui nous habitent. La médiation par les pairs par la Communication NonViolente© est un des outils dont s'est doté le collège Victor Hugo de Sarcelles pour travailler sur le climat scolaire. Par ce biais, nous avançons davantage vers la considération de nos élèves en qualité d'êtres égaux à nous, éducateurs, même si nous restons les garants du cadre, de la sécurité, physique, morale et affective, leur permettant de dévoiler et de révéler leurs savoir-être et développer leurs savoirs et savoir-faire.

Bien des éléments justes ont été exprimés à travers les témoignages lors de ce 12ème forum tels que la médiation en école élémentaire, la présentation de la Communication NonViolente©.

Voici quelques exemples vécus de ce que la CNV permet au quotidien en terme de prise de conscience, de responsabilité et responsabilisation et de mesure de réparation.

Dans son application, le cadre posé par le règlement intérieur, lui-même en cohérence avec la législation, ne permet pas toujours à l'élève de répondre à ses besoins. La médiation par les pairs en CNV peut soutenir le cadre dès lors que les partis sont pleinement conscients et en accord avec la démarche.

Exemple : en classe, un élève sort un stylo pour prendre en note la leçon. Son voisin dit alors à haute voix, audible par toute la classe : « eh, c'est mon stylo, voleur ! ». Le détenteur actuel du stylo répond : « Non, c'est le mien, je l'ai acheté ce week-end ».

L'autre élève parle de plus en plus fort en demandant qu'on lui rende son stylo si bien que le professeur, gêné dans son cours, exclut l'élève précédemment cité.

L'élève exclu, d'après le protocole (très largement répandu) est reçu par le Conseiller Principal d'Éducation qui mène un temps d'écoute, un débat contradictoire (d'après les éléments figurant sur le rapport d'exclusion) et, le cas échéant, un rappel au règlement intérieur.

Il est ensuite envoyé dans un lieu tel la permanence afin d'effectuer le travail donné par l'enseignant.

A la fin de l'heure de cours, l'élève remonte dans la salle d'où il a été exclu pour faire face à l'élève encore en possession du stylo qui fait débat.

Cet élève, bien que le règlement, ait été appliqué, n'a pas atteint un niveau de

satisfaction de ses besoins humains lui permettant de vivre des sentiments confortables. Au contraire, l'exclusion n'a fait que déplacer temporellement et géographiquement la résolution du conflit.

La CNV, dans l'une de ses applications, la médiation par les pairs, va permettre, avec l'accord entier des deux protagonistes, de les mettre en relation, avec une qualité d'écoute, de considération. Favorisé par l'accompagnement et la reformulation des élèves formés à la médiation, la résolution de conflit est entièrement portée et proposée par les deux élèves.



Ainsi, on apprend :

1. que l'élève qui a prêté son stylo 10 jours plus tôt ne l'a pas récupéré. Le voyant dans les mains de son camarade, il s'est senti déçu, touché car besoin de respect et de considération de sa propriété. De plus, il collectionne les « beaux » stylos et on vient de lui offrir celui-ci auquel il tient.
2. Son camarade, entendant publiquement « voleur », mot lui étant adressé, s'est senti très inquiet. Ses besoins de justice et de vérité n'étant pas nourris, il a nié.

C'est spontanément qu'ils se sont mutuellement présentés leurs excuses et que le stylo fut restitué à son propriétaire.

Le cas du stylo peut sembler dérisoire et ne pas inviter à prendre du temps (même à posteriori) pour écouter ce qu'il révèle. Pourtant, l'élève vient à l'école en qualité d'être humain avec tout ce qu'il porte de sentiments, de besoins satisfaits ou non, de maladresses et de violence, conscientes ou non. D'ailleurs, nous aussi, adultes, en sommes des vecteurs.

Tout en accueillant là où nous en sommes, nous pouvons accorder de l'empathie et de l'écoute et rappeler le cadre dont nous sommes porteurs, et réparer les liens même après qu'un incident se soit produit.

Exemple : faisant entrer la classe en cours, je retiens l'élève exclu au cours précédent à l'extérieur quelques secondes (à une minute) et lui demande comment il se sent et s'il est disponible pour cette heure de cours.

L'élève répond par l'affirmative en formulant une demande d'entretien pour la fin du cours. Ce que j'accepte.

Nous avons tous cette capacité de médiation que nous utilisons plus ou moins selon les situations. Il m'arrive, au vu d'une urgence, de proposer une médiation ou quelque chose qui se rapproche d'un cercle restauratif en pleine heure de cours, ou même, de hausser la voix, quelquefois sans exprimer un besoin clair (j'y travaille)..

J'accepte d'être là où j'en suis et j'ai toujours en conscience de prendre soin du lien. Ce qui passe souvent par un temps d'échange où nous partageons, élèves et moi-même, nos sentiments et besoins (aidés par l'affichage mural de la salle de classe que j'utilise régulièrement).

Ce qui me réjouit est que la CNV permet profondément de ne pas se comparer à notre idéal de savoir-être et donc de sortir de plus en plus de la spirale du « t'aurais pas dû faire ainsi, tu es nul », ce qui accentue la dépréciation de départ.

La réparation du lien peut ne prendre que quelques secondes, notamment avec un adolescent qui, au départ, n'était pas content, pas content du tout...



Témoignage de **Pascal Gbahode**, Professeur au collège Victor Hugo de Sarcelles

Un outil pour tisser une relation d'empathie

Fiche pédagogique 1

Génération Médiateurs, Association 1901, agréée par l'EN forme depuis presque 20 ans des adultes du milieu scolaire afin qu'ils forment leurs élèves aux compétences psychosociales et à la médiation par les pairs.

Notre cœur de métier est essentiellement centré sur les établissements scolaires et depuis quelques années, l'approche systémique, nous amène à intervenir également en périscolaire, extrascolaire et même parfois à intégrer les parents.

Voici un petit florilège de dialogues vécus en centre de loisirs... Où l'on voit à quel point la réponse de l'adulte niant l'émotion réellement vécue par l'enfant peut générer incompréhension, violence, confusion ou simplement une perte de confiance dans ce qu'il ressent lui-même à cet instant. Dans ces petits dialogues, vous trouverez en vert la phrase revisitée en communication bienveillante et empathique.

- Maman ne m'a pas dit si elle venait me chercher ce midi ...
- Ne t'inquiète pas, ce n'est pas grave, si elle ne vient pas, tu mangeras à la cantine !
- J'ai l'impression que tu es inquiet de ne pas savoir si ta maman vient ou pas. Tu préférerais savoir, j'imagine ...
- Tu sais Papa, je connais personne au centre, j'ai pas envie d'y aller...
- t'as pas besoin d'avoir peur, tu verras ça va bien se passer
- Ce serait chouette de rencontrer des copains que tu connais déjà par l'école ou le club de foot ! Ça pourrait te rassurer ?
- Il a pas intérêt à continuer Théo, parce que moi, je vais lui casser la figure ! ...
- Oh la la, mais qu'est-ce que t'es agressif ... calme-toi ... ça suffit maintenant ... ! »
- Oh dis donc, t'as l'air drôlement en colère, il s'est passé quelque chose avec Théo, raconte-moi...

**« On est tous bienveillant ...
On est parfois bien maladroit ... »**

Lorsque l'estime de soi du jeune est basse ou déficitaire, la réponse émotionnelle génère insécurité et peur chez lui. Peur de l'autre, de la relation à l'adulte, de la relation à ses pairs, peur de l'échec, peur de ne pas être à la hauteur, de ne pas y arriver, peur d'avoir une mauvaise note, de ne pas comprendre, peur du nouveau, de l'imprévu, de l'aventure... Ces peurs produisent toutes sortes de violences. Et bien informé celui qui la percevrait ?...

D'où l'intérêt, et même l'urgence, de renforcer l'estime de soi pour agir sur la violence.

Instaurer la paix à petits pas, en périscolaire, c'est donner aux adultes les outils pour leur permettre d'accueillir les sentiments de l'enfant - posture indispensable pour tisser une relation empathique de qualité avec lui. Dans un cadre posé et co-construit avec le groupe, nous bâtissons jour après jour, l'estime de soi qui leur permet de s'affirmer tout en étant respectueux et indulgent.

Comment se fait-il que des conversations apparemment sans grande importance puissent aussi facilement tourner en conflit, en affrontement ? C'est que la plupart du temps nous nions le sentiment. Nous leur répétons de mille et une façons que « non, non, ils ne sont pas en colère, ou du moins qu'il n'y a pas de raison d'être en colère et que d'ailleurs c'est très impoli d'être en colère »... « qu'il n'y a pas de raison d'être triste car ce n'est pas grave »... « ou inquiet ? Mais enfin peur de quoi, c'est inutile... », « calme-toi, arrête de pleurer... »

Que se passe-t-il dans la tête de l'enfant à qui l'on dit ce genre de choses ?

Une confusion s'installe en lui. En effet, il éprouve un sentiment, une émotion de l'ordre de la tristesse, de la déception, de la colère, ou de l'inquiétude et l'adulte lui affirme que ce n'est pas grave ou qu'il se trompe, qu'il n'a pas à être inquiet, en colère, qu'il doit se taire et se calmer ... cela sème le doute en lui, il ne parvient pas/plus à décoder ce ressenti, à s'y relier et le nommer. Peu à peu, il perd confiance en ce qu'il éprouve en lui-même... Vous présentez les conséquences une fois adulte ...

Construire la paix à petit pas, pour nous, ce pourrait être : aller à la rencontre de ce que l'autre vit, de ce qu'il ressent, le rejoindre dans sa colère, son inquiétude, sa déception, sa frustration, en **nommant le sentiment** : **je vois bien** que tu es en colère... **j'imagine** que tu es déçu... **ça doit être** frustrant de... **j'entends** ta contrariété ... **j'ai l'impression** que ...

Voici un des plus grands "désamorçeur" de conflit... à tenter d'urgence !

Anne FEROT-VERCOUTERE

Formatrice Génération Médiateurs et atelier de parents



Créer une bonne ambiance dans sa classe

Témoignage 2

Enseignante en CM1/CM2 à Beaune, je réfléchis depuis quelques temps à la façon de créer un climat d'écoute et d'interactions positives entre mes élèves. Mon hypothèse est simple: Certes, je peux me plaindre des « incivilités » mais ce que je propose à mes élèves favorise-t-il un climat d'entente ? Je reste persuadée que l'enseignant a sa part de responsabilité dans l'ambiance de la classe.

1. Il me semble avant tout important de penser la disposition « géographique » de manière à favoriser les échanges entre élèves. Car je pense qu'en permettant des interactions visuelles, il est possible de créer une configuration qui favorise le travail de groupe et l'entraide.

2. L'abandon des notes me paraît être aussi un point important. On ne s'imagine pas assez combien les notes dévalorisent et stressent les élèves et les met en compétition. Je forme un groupe de 6èmes à la médiation et à la gestion positive des conflits depuis cette année : je me suis aperçue, lors des temps pour exprimer ses émotions, que le plus souvent c'est l'angoisse des notes à venir qui est exprimée.

Le « sans note » ne veut pas dire sans évaluation mais une évaluation qui favorise et pointe les réussites de l'élève au lieu de pointer les lacunes. L'école a tout à gagner avec ce concept car plus je mets l'accent sur les réussites plus je « fabrique » de l'estime de soi. Or, elle est très souvent en déficit chez nos élèves et source de bien des violences.

J'ai donc décidé de travailler avec Pidapi* qui permet aux élèves d'avancer à leur rythme en privilégiant la coopération et l'entraide. Dans cette démarche, les élèves passent l'évaluation quand ils sont prêts ; s'ils ne le sont pas encore, ils continuent à s'entraîner.

Le « sans note » permet aussi de retrouver une motivation interne et le plaisir d'apprendre.

* <http://www.pidapi-asso.fr/?view=featured>

3. Afin que l'ambiance soit sereine, il me semble aussi important de changer sa posture et j'aime dire de « descendre un peu de son piédestal » quand la situation le permet.

Être capable par exemple, de s'excuser face aux élèves comme lors de cette expérience récente avec des 6èmes. Je les avais en médiation. Ce jour-là, je les ai trouvés pénibles ; manquant de patience, je me suis fâchée de manière disproportionnée. Comme ils ne m'avaient jamais entendu hausser le ton, ils étaient stupéfaits. J'en ai ressenti une grande culpabilité: j'aborde la communication non violente en médiation et je deviens le contre-exemple de ce que je prêche! Vous imaginez !

La semaine suivante, j'ai voulu en reparler, m'excuser auprès d'eux. Ils m'ont devancée, me disant qu'ils s'excusaient pour cette fois et avec humour pour toutes les prochaines... J'ai pu à mon tour leur exprimer mon regret, mes excuses. Ce fut un moment intéressant d'échanges et de construction de soi. Combien d'enseignants osent ainsi montrer leurs émotions devant leurs élèves? Pourtant... Je dis souvent à mes élèves le matin « je suis contente de vous voir » ou « je ne suis pas très en forme ce matin »

4. Le dernier point qui me paraît essentiel est de ne pas minimiser les petits conflits du quotidien. Pour les enfants, ces petits conflits sont importants et gênent le bien-être des protagonistes. Très souvent, un besoin n'est pas respecté ; du coup, l'enfant (les enfants) n'est (ne sont) pas disponible(s) pour les apprentissages . Ce n'est donc pas perdre du temps que d'écouter leurs conflits, c'est les rassurer, en permettre la gestion immédiate ou à reporter

Enseignante, j'accepte « un piédestal dégonflable » tout entier exprimé dans cette magnifique parole de Janusz Korczak :

« Vous dites : C'est épuisant de s'occuper des enfants. Vous avez raison. Vous ajoutez : Parce que nous devons nous mettre à leur niveau. Nous baisser, nous pencher, nous courber, nous rapetisser. Là, vous vous trompez. Ce n'est pas tant cela qui fatigue le plus, que le fait d'être obligé de nous élever jusqu'à la hauteur de leurs sentiments. De nous élever, nous étirer, nous mettre sur la pointe des pieds, nous tendre. Pour ne pas les blesser. »

Anne Gonnet,
professeure des écoles



Un pas supplémentaire pour améliorer le climat scolaire :
un atelier de théâtre-forum dans une classe de CM1/CM2

Témoignage 3

L'école élémentaire 17 rue de Tanger se situe en REP dans le RRS (Réseau de Réussite Scolaire) Aimé Césaire du 18ème arrondissement. Le climat scolaire a évolué positivement au cours des 10 dernières années. Les incivilités existent encore mais ont considérablement diminué grâce à un travail d'équipe autour du cadre scolaire.

Ainsi le règlement intérieur de l'école a été repensé et écrit en termes de droits et de devoirs explicites pour les élèves. En parallèle, un règlement de cour a été élaboré avec les élèves afin de définir ce qui peut se faire et ce qui est interdit dans différentes parties de la cour. Des conseils d'enfants se sont progressivement intégrés à toutes les classes fin de permettre à chaque enfant de régler ses conflits et de faire ses propositions pour améliorer la vie de la classe. Enfin, depuis 5 ans, les élèves apprennent à gérer positivement leurs conflits par la formulation de « messages clairs » et le recours à la médiation par les pairs.

Au terme de ces années d'engagement sur la pacification de l'école, ma réflexion a évolué suite à une journée de formation organisée par la Coopération pour une éducation à la non-violence et à la paix. Ce forum de novembre 2013 présentait le Théâtre-Forum et ce en quoi il pouvait contribuer à développer des attitudes non-violentes.

Mon cheminement, ces rencontres, suivies d'expériences personnelles, m'ont poussée à aller plus loin dans notre démarche à l'école, à explorer le théâtre-forum dans ma classe. J'avais pour objectif de continuer à fortifier les compétences psycho-sociales des élèves et évaluer la spontanéité de l'utilisation des différents outils de résolution de conflits dans un autre cadre.

Marie Lebrun Benard et Marie Achelard -intervenant pour l'Accordée, Caravane du Vivre Ensemble- ont animé cet atelier pendant 5 mois à raison d'une fois par semaine. Chaque séance s'ouvrait par un temps collectif très ritualisé pour amener chacun à entrer dans la séance : disposition des élèves en cercle et, au son d'un gong, ancrage dans le sol suivi de 3 respirations amples. Temps prolongé par un jeu d'écoute et de coopération dit « la boule d'énergie », (énergie qui circule au gré d'un code d'échange entre les participants, demandant de travailler le regard pour soutenir l'attention et la concentration) - Ce temps de jeu demande l'engagement de chacun : l'énergie ne circule plus si un participant ne la renvoie pas... il exige aussi que chacun prenne sa juste place : participer tout en respectant les autres. Il développe également le langage non-verbal, la confiance en soi et en l'autre, la connaissance de soi et de l'autre – D'autres jeux de coopération et d'écoute alimentaient aussi ce temps d'échauffement théâtral.

Chaque séance se terminait par un rituel de relaxation pour apprendre à respirer, à écouter son corps et à se relier au groupe.

Le travail de théâtre à proprement parler s'effectuait en demi-groupe avec parfois une mise en commun et alternait avec des temps collectifs ludiques pour développer des outils conceptuels et pratiques. Nous avons clôturé ces ateliers par un « voyage en atelier théâtre-forum » présenté aux parents pour que ces petits pas continuent en famille.

Travailler sur les émotions et la connaissance de soi n'a pas été sans conséquences sur les réactions des individus. Le projet s'est adapté plusieurs fois à la dynamique du groupe.

Plusieurs trames ont été successivement élaborées en réponse à l'attitude des élèves. Les objectifs premiers prévoyaient d'approfondir plus d'outils de régulation de conflits tels l'assertivité, recevoir un non, formuler une demande recevable et concrète.

Force a été de constater que ce temps de penser et de jouer sur la thématique du conflit a amené chez les élèves de l'agitation et révélé des tensions. Certaines séances ont pu être perturbées par des réactions difficiles à faire évoluer sur le moment (comme le refus de jouer avec un enfant du sexe opposé). Elles furent mises au travail par la suite, par le renforcement des moments de jeux de connaissance de soi et de l'autre, de coopération ou d'attention, systématiquement accompagnés de cercles de partage.



Le projet a ainsi évolué pour donner plus de temps au « vivre ensemble », à l'importance du respect et à la place de chacun (Il était indispensable que la confiance grandisse dans le groupe avant d'aller plus loin dans l'exploration des outils) :

- La connaissance de soi et la confiance en soi ont progressé puisque la participation aux jeux est devenue plus aisée.

- Les jeux du rituel d'entrée pour lesquels des élèves montraient une résistance au départ sont devenus plus fluides.

- La capacité d'écoute de soi a grandi puisque l'expression des sentiments et des besoins s'est considérablement enrichie dans les jeux mais aussi tous ces moments d'interrogation des personnages « comment te sens-tu ? comment as-tu vécu cette scène ? cela t'arrive-t-il souvent de t'énerver comme cela ?, ...ont permis aux élèves de développer leur vocabulaire émotionnel. Cela s'est vérifié également pendant les conseils d'enfants.

- En ce qui concerne la capacité d'expression non-violente de certains élèves, Il serait hasardeux d'affirmer que leur comportement a changé. Cependant, en accompagnant ces élèves dans les moments de tension qu'ils rencontrent à l'école, il est possible maintenant de leur faire prendre conscience de la colère qui monte et de la nécessité d'adopter une stratégie pour la calmer. Des évocations de saynètes jouées prennent alors sens pour eux et les soutiennent dans la gestion de leurs conflits.

- La capacité de créativité s'est développée. En atteste une belle improvisation lors de la présentation de l'atelier aux parents. Les exercices de lecture d'images ont montré à quel point les élèves étaient capables d'inventer et de trouver toutes sortes de solutions originales et efficaces dans lesquelles chacun sortait gagnant ou du moins apaisé.

- L'expression des faits s'est affinée, les élèves réussissant à catégoriser des situations diverses mêlant interprétation ou jugement.

De plus, chaque semaine durant l'expression des critiques au conseil, des références aux exercices ont été mentionnées.

La capacité de compréhension de ses propres réactions face au conflit a aussi été travaillée au cours de ce projet et lors des présentations des saynètes. Les élèves ayant développé une habilité à trouver l'attitude de tel ou tel personnage, il était courant d'entendre les élèves dire « je joue en dauphin ou en lion ? »

Conclusion

Un projet de théâtre-forum exige beaucoup de prudence de la part de ses animateurs. En effet, il est en permanence au cœur des émotions des participants. Au cours de ces 5 mois de projet, le groupe a considérablement changé. Aux nombreuses tensions de départ ont succédé plus d'écoute, de prise en compte de l'Autre ; une culture de la sensibilité s'est développée. L'alternance entre les temps d'analyse et les temps de jeu théâtral a construit, au fil des séances, des liens entre tous ces outils et leur a donné du sens. Pour certains élèves, une appropriation de ces outils est clairement visible à travers les improvisations qu'ils ont présentées. Pour d'autres, ces outils sont à disposition : ils en ont connaissance et s'en empareront peut-être plus tard. Il est certain que personne ne peut rester indifférent aux émotions vécues au cours de cet atelier ; l'expression des élèves à la fin de ce projet en a témoigné.

Texte co-écrit

Agnès Barangé, enseignante de la classe

Marie Echelard et Marie Lebrun-Benard de

« l'Accordée-Caravane du vivre ensemble »

Notre site : <http://www.accordee-caravane-du-vivre-ensemble.fr/>



Institutrice d'origine belge, je suis venue vivre en France avec ma famille, il y a 32 ans, enthousiaste d'expérimenter un « vivre ensemble solidaire et non violent » dans la Communauté de l'Arche de Lanza Del Vasto. Joseph Lanza Del Vasto, philosophe de la relation, à la suite de sa rencontre avec Gandhi a fondé une communauté non violente en occident sur le modèle des ashrams gandhiens. Le socle, les moyens et l'objectif de ce vivre ensemble tentent d'incarner la parole de Gandhi :

«La fin est dans les moyens, comme l'arbre est dans la semence, aussi sûrement que les roues du char suivent le pas du bœuf ».

La Paix se construira par des outils de Paix. Nous savions réfléchir et penser cela, nous avons en commun la volonté de vivre en paix, de résister à l'injustice et de répandre la non violence. Nous avons peu ou pas d'expérience en « savoir faire et savoir vivre » la non violence.

La prise de conscience de la nécessité d'un apprentissage de ce mode de vie m'a motivée à le transmettre. S'éduquer à la non violence, tout d'abord : apprendre la non violence comme une action au quotidien, humblement jour après jour. Vaste programme ! Acquérir un savoir être et savoir faire bienveillant demande un travail sur soi décapant grâce à l'interaction avec les autres, mes proches, mes compagnons, ceux avec qui je vis en relation, avec qui j'entre en relation.

Nous nous sommes formés à transmettre la non violence, nous essayons des outils : communication, mise en parole, écoute, gestion de groupe, transformation des conflits.

Quand je réponds à une demande d'intervention, je propose une pédagogie interactive, une expérience du vivre ensemble par un jeu coopératif, une mise en situation. Ensuite nous parlons de notre expérience, comment nous l'avons vécue, nos ressentis, nos besoins. Pendant le jeu nous rions souvent, nous nous mettons en question, nous apprenons à nous estimer et ... nous grandissons. Les « outils » s'acquièrent par le vécu, la mise en parole ensuite soutient la prise de conscience. Nous déterrons une langue cachée, verbale et non verbale.

Je fais appel à nos intelligences multiples, le corps est un outil d'expression que j'aime entretenir par les jeux et par la danse et le mouvement :

- La danse pour réunir, pour communiquer ce qui se vit à l'intérieur de soi et le partager.
- Le corps pour se centrer et pour communiquer la langue enfouie.
- La langue de la bienveillance pour être en relation.

Brigitte Mesdag,
formatrice jeux coopératifs et danses du monde,
à la gestion positive des conflits par l'écoute active et
la communication bienveillante,
à l'Arche de Saint Antoine mais aussi pour des associations



Trois acteurs éducatifs = un projet

Témoignage 5

Je suis responsable d'un service périscolaire pour la commune de Louhans-Châteaurenaud.

A la création du service en septembre 2014, nous avons eu la chance de participer à un projet porté par l'association des parents d'élèves du groupe scolaire Vial/Vincent (école élémentaire qui accueille 165 élèves) et Henri Varlot (école maternelle de 95 enfants).

Cette initiative est partie d'un constat des parents touchés par leurs enfants qui subissaient des violences physiques ou verbales au quotidien. La présidente de l'association des parents d'élèves ayant soulevé à plusieurs reprises ces incivilités lors des conseils d'écoles est passée à l'action : elle a essayé de trouver des fonds pour élaborer un projet qu'elle avait en tête.

Grâce au FIPD (Fonds Interministériel de Prévention de la Délinquance) le financement a été possible. Il a permis de former

- une douzaine de parents d'enfants de maternelle et d'élémentaire, l'équipe d'ATSEM et d'animateurs périscolaires (14 personnes) aux outils des ateliers de parents Faber et Mazlich,
- les équipes enseignantes aux outils de la médiation par les pairs.

Concrètement sur le terrain, nous avons une réelle communication quotidienne et nous travaillons ensemble sur la journée de l'enfant afin de respecter au mieux le rythme de celui-ci.

En élémentaire, un conseil des élèves a été créé et permet de poser des règles de vie en collaboration avec les enfants pour inviter au mieux vivre ensemble.

Le référent du périscolaire participe et valide avec le conseil les décisions, transmet les informations au reste de l'équipe pour les mettre en application. Nous avons également travaillé sur les sanctions/réparations et un support inventé par le service périscolaire a été adopté par l'école. Synthétique, il permet à chacun de connaître la démarche de « réparation ». Maintenant, il reste à le communiquer aux parents.

En maternelle, les ATSEM ont pris confiance en elles, gèrent les activités des NAP et se sentent reconnues par l'équipe enseignante. Le référent de cette école est facilitateur dans le lien qu'il joue entre la direction et l'équipe d'animatrices/ATSEM. Des échanges d'activités et de matériel voient le jour, des projets d'actions communes sont en cours de rédaction.

Grâce à ce projet, nous avons gagné en qualité de travail et de vie pour l'ensemble des acteurs éducatifs au profit de l'enfant. Le climat est plus serein. Il y a encore beaucoup à faire...surtout auprès des familles qui n'ont pu ou pas voulu participer à la formation. Nous avons tous pris conscience de l'importance de travailler dans la même direction afin de créer une dynamique, de donner de la cohérence et du sens à nos actions au sein de l'école. Maintenant, nous espérons pouvoir faire de même dans l'autre groupe scolaire de notre commune. Affaire à suivre...

Céline Bétourné

Responsable Périscolaire
Mairie de Louhans-Châteaurenaud



Formation des guides de paix « Discoverpeace » dans Paris

Témoignage 6

Une formation de guides de paix a été mise en place pour permettre à ceux qui le désirent de vivre en réel le parcours de paix dans Paris élaboré par le projet européen Gruntwig « Discoverpeace » (projet mis en place dans 7 villes européennes: Berlin, Budapest, Manchester, Paris, La Haye, Turin et Vienne), à découvrir en suivant ces liens :

<http://www.discoverpeace.eu/fr/choisissez-uneville/>,

<https://www.facebook.com/discoverpeaceinparis/>

[timeline](#) et <http://education-nvp.org/projets-grundtvig/discover-peace-in-europe/>

A l'issue de cette formation, chacun est en capacité de faire découvrir le parcours vécu de manière réelle à ses amis, des classes, des groupes, ... selon son choix et ses envies.

Voici les témoignages des premiers participants à cette formation :

« moi qui ne supportais pas les cours d'histoire dès le primaire jusqu'au lycée où l'on apprenait avant tout l'histoire des guerres, j'ai adoré cette approche, cette présentation vivante du concept de paix en opposition au concept de guerre par une mise en avant de ses soldats, généraux, Le départ sur la place du Trocadéro est à lui seul tout emplie de ce débat (remplacement de la colonne de la paix de l'exposition universelle de 1937 par la statue du Maréchal Foch, détail des pavillons présents dans les jardins du Trocadéro lors de cette exposition de 1937) tout comme le presque final avec ce mur de la paix non respecté face à l'école militaire et le carrefour du Général de la Bollardière un peu à l'écart mais bien là attestant du refus de la violence... Bref ! Je suis désormais réconciliée avec l'Histoire et n'ai qu'une envie : transmettre mes découvertes. D'ailleurs, animatrice, je suis attirée par créer un parcours spécial enfants car des lieux sont propices à cela surtout au champ de mars avec la Tour Eiffel et le monument des droits de l'Homme, » **Annie**



"La promenade dans Paris pour découvrir la culture de la Paix a été pour moi un moment revigorant à vivre. En bonus, j'ai profité de la découverte de lieux de Paris pas encore connus et de l'enrichissement culturel quand ces lieux prennent vie à travers les personnages ou les événements qui sont racontés. Le plus stimulant a été la sensibilisation à la culture de la paix par les stations qui se succèdent et qui tissent chacune différents ouvrages, notions, idées à la paix. Cela déploie un halo lumineux autour de la paix qui la met en valeur et nous indique le beau chemin à prendre pour l'humanité. Nous avons besoin de cela pour continuer à cultiver notre dynamique intérieure de paix. Quel plus beau projet pour nous et les générations futures." **Guy**

"Le parcours de paix de Paris est à mon sens un excellent moyen de sensibiliser à la paix, et de montrer sa présence tout autour de nous, jusque dans l'architecture de nos villes. Le concept de promenade en plein air rend possible des jeux avec les participants, et parler de la paix devient tout de suite plus concret en racontant des histoires ou en faisant découvrir des monuments. Pour moi, le parcours permet d'être "bousculé" dans ses certitudes, car il montre que là où la guerre et la violence ont été présentes, il y a souvent une histoire de paix méconnue à raconter." **Tatiana**



“J’ai découvert une toute autre façon de découvrir Paris et quelques-uns de ses monuments remarquables par le biais de cette formation de guides de la paix. En effet, nous passons tous les jours à côté de monuments ou lieux sans nous douter de leur histoire liée à la non-violence et la paix. J’ai appris, grâce à cette formation, de nombreuses choses enrichissantes. Elle me permettra, en tant que guide de paix, de faire découvrir à mon tour des petites histoires sur de grands monuments à des personnes souhaitant découvrir notre chère Capitale autrement. Amoureux de l’histoire parisienne et adepte conquis de l’éducation à la non-violence et à la paix, je ne peux que recommander de réaliser ce parcours porté par la Coordination”. **Philippe**



Je vous ai contacté il y a 3 semaines au sujet d'un voyage à PARIS avec des élèves de 3ème SEGPA. Vous m'aviez très gentiment fait parvenir votre livret. Nous avons pu visiter quelques lieux. Le Mur pour la Paix a particulièrement retenu l'attention des élèves. Ils ont été choqués par le jet de pierres qui avaient abîmé les parties vitrées. Je vous transmets une photographie de notre groupe devant ce monument. Un article figure sur notre blog (dans lequel nous vous mentionnons) : www.3luthmand.eklablog.com.

Merci encore à vous.
Très belle promenade.

Patricia Sacco-Sanchez
enseignante spécialisée
SEGPA Mère Teresa, Villeurbanne



"Se pacifier soi-même pour mieux vivre ensemble"

Témoignage 7



L'association VIVANCE souhaite proposer au plus grand nombre l'apprentissage de la sophrologie caycédienne® et promouvoir une culture de Non-violence et de paix.

Notre association propose la pratique de la sophrologie caycédienne® comme outil de Non-violence et de paix. En effet, dans notre vie quotidienne, face à un conflit quel qu'il soit, notre corps est rapidement envahi par les émotions. Par leur prise en compte, leur accueil et leur transformation, la sophrologie propose leur approche non-violente et pacificatrice dans la vie de tous les jours.

Chaque année nous organisons un événement début octobre (Journée Internationale de la Non-Violence le 2) afin de sensibiliser le public à la non-violence. En 2014, nous avons proposé une conférence, une exposition et des ateliers variés. Dans ce cadre, j'ai eu le plaisir d'animer des ateliers de « sophrologie et non-violence »: « Se pacifier soi-même pour mieux vivre ensemble dont les objectifs étaient :

- nommer nos émotions, et repérer où elles apparaissent dans notre corps
- nous rendre compte que nous ressentons tous les mêmes émotions, mais de manière différente, et à des moments différents
- trouver des solutions pour mieux vivre avec nos émotions

Le premier groupe que j'ai animé était constitué de jeunes adolescents (de 10 à 13 ans) :

J'ai demandé aux enfants de noter sur une étiquette leur prénom d'un côté, le nom de leur animal préféré de l'autre côté, puis de me donner leur étiquette.

J'ai commencé par appeler le premier « animal », je l'ai invité à se manifester par un geste et/ou un cri qui lui est particulier, lui donnant son étiquette qu'il pouvait accrocher sur lui, ainsi repéré dans le groupe. Et ainsi de suite jusqu'à ce que tous les animaux se soient manifestés.

J'ai ensuite demandé aux enfants s'il arrivait que leur animal se mette en colère, ou ait peur, ou qu'il soit triste. Chacun a pu répondre positivement et accepté ma proposition d'imiter cet animal en train d'exprimer ces différentes émotions. Nous nous sommes ensuite tous accordés sur le fait que, nous aussi, nous sommes traversés par ces mêmes émotions. Chacun a pris le temps de repérer où ses émotions agissaient dans son corps, et après l'avoir partagé, a pu se rendre compte que c'était vécu différemment selon les personnes.

Est venu le temps de la pratique de sophrologie : j'ai proposé différents exercices pour nous libérer des tensions générées par nos émotions. C'est ainsi que pour libérer notre cœur de la tristesse, nous avons joué à la « locomotive » : poings serrés, bras devant nous à l'horizontale, nous avons inspiré profondément par le nez, poussé les bras vers l'avant, bloqué notre respiration et plié les bras en les tournant, imitant le mouvement des roues d'une locomotive. Puis, nous avons soufflé l'air par la bouche, relâché nos bras et tout notre corps sur la chaise.

Pour l'émotion « peur »: nous avons posé nos mains sur le front, inspiré profondément par le nez en pensant à nos peurs. Puis nous les avons chassé en soufflant par la bouche et en secouant

nos mains devant nous, comme si nous les mettions dans une « poubelle émotionnelle », expression qui leur a beaucoup plu. Pour enlever les tensions dues à la colère, en inspirant, nous avons contracté doucement les muscles des fessiers, des jambes et des pieds, puis nous nous sommes autorisés à taper des pieds pour déposer cette colère dans le sol. Nous avons relâché les jambes en soufflant. Nous avons relâché les jambes en soufflant.

Nous avons recommencé chacun de ces exercices plusieurs fois d'affilée. Puis, nous nous sommes posés, de manière confortable sur notre chaise, en plaçant nos mains sur notre nombril, pour sentir le ventre qui se gonfle lorsque nous inspirons l'air par le nez, et qui se dégonfle lorsque nous soufflons par la bouche.

Nous avons recommencé chacun de ces exercices plusieurs fois d'affilée. Puis, nous nous sommes posés de manière confortable sur notre chaise, plaçant nos mains sur notre nombril pour sentir le ventre qui se gonfle à l'inspir et se dégonfle à l'expir.

Nous avons profité de ce temps de pause pour repérer les sensations positives de vie (chaleur, fraîcheur, picotements, fourmillements...) qui circulent dans tout notre corps, ce sentiment agréable de détente, de plus grande paix intérieure.

Conservant cette belle paix intérieure en nous, nous avons envoyé nos vœux de paix, par la pensée, vers notre famille, nos camarades de classe, nos professeurs, puis à tous les êtres vivants sur cette Terre.

A la fin de la pratique, chacun se sentait calme, détendu, content d'avoir pu envoyer de la paix autour de lui. Chacun a noté ses vœux de paix et les a déposés dans notre « Arbre à Souhaits ».

**Erick Desmazières,
Françoise Raffault,
Marie-Catherine Leduc.**

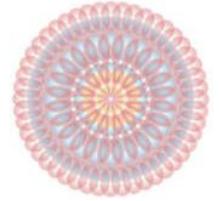


Le mandala coopératif

Fiche pédagogique 2

OBJECTIFS :

Vivre la coopération, facilitée par les idées de chacun
 Vivre un moment apaisant où chacun se sent pris en compte dans ses propositions
 Créer ensemble (un mandala)
 Prendre plaisir à respecter ensemble des règles (celle d'une composition : le mandala)



Age et nombre de participants : dès 6/7 ans, par groupes de 4 maximum ;
 pour ados comme pour adultes, les groupes peuvent être de 4 ou 6 personnes

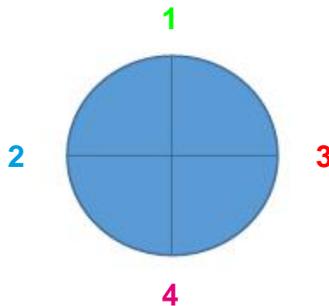
Préparation :

Préparer, sur autant de grandes feuilles (A3 ou 40x60) que de groupes d'enfants, la base du mandala à suivre : un cercle tracé au crayon à papier et pointé en son milieu

Créer soi-même quelques exemples en se servant de ce que l'on peut trouver sur Internet.

ACTIVITÉ :

1. Montrer à tous les participants, différents mandalas pour que chacun comprenne les règles de sa confection. Si besoin, dessiner un cercle au tableau et expliquer diverses possibilités pour se lancer (bien expliquer les diverses symétries à respecter)
2. Répartir les enfants par groupes de 3 ou 4 :
 - Pour les groupes de 4, tracer, au crayon à papier, les 2 diamètres permettant de répartir le cercle du mandala en 4 parties égales
 - Pour les groupes de 3, tracer, au crayon à papier, 6 diamètres permettant de répartir le cercle du mandala en 6 parties égales, chacun étant chargé des 2 qui sont devant lui
3. Bien guider chaque groupe pour le départ en les invitant à proposer chacun à leur tour un élément, un traçage repris par les autres en symétrie



1 va choisir son feutre et tracer soit une forme devant lui, soit suivre le trait (tout droit, en ligne brisée, ondulée, ...) ou dessiner des points, des ronds, le long du trait préparé au crayon à papier ... puis donner son feutre à 4 qui fera exactement pareil devant lui, passera à 2 qui fera de même qui passera à 3 qui finira la composition.

Ensuite ce sera à 2 de proposer une nouvelle forme, un élément à ajouter avec une couleur différente, passera à 3 qui reproduira en symétrie cette proposition, donnera le feutre à 4 qui la fera à son tour et passera à 1 qui finira la composition

Puis c'est au tour de 3 de commencer à proposer, passer à 2 pour la symétrie, qui donnera ensuite à 1 qui passera à 4.

4 en profitera pour proposer à son tour un élément supplémentaire.

Quand les enfants auront bien compris le système, il est possible de les laisser se débrouiller seuls pour aller jusqu'au bout de leur création « mandala » surtout à partir de 9/10 ans.

Une musique relaxante peut les accompagner dans leur créativité, facilitant le calme.

Les créations gagneront à être affichées aux yeux de tous.

Annie Ghiloni,

animatrice ENVP, retraitée professeure des écoles

Pour tout savoir sur le mandala :

<http://www.psychologies.com/Bien-etre/Relaxation/Pratiques-energetiques/Articles-et-Dossiers/Mandalas-pour-un-ete-haut-en-couleurs/Mandalas-des-dessins-pour-se-recentrer>

<https://www.youtube.com/watch?v=g16B64myG-E>

<https://www.youtube.com/watch?v=qAq2kZL8Lxw>



Coordination pour l'éducation à la non-violence et à la paix

Visualisation guidée : "l'expérience culminante"

Fiche pédagogique 3

OBJECTIF :

L'expérience culminante (peak experience) de Abraham Maslow (1908-1970) invite les participants à se souvenir d'une des plus belles expériences de leur vie. A partir de cette mémorisation se révèlent des valeurs, qui sont des valeurs universelles et sur lesquelles la paix peut se construire au-delà des clivages de chacun. Cet exercice aide à consolider la prise de conscience que nous sommes des êtres de paix et que si ces expériences remémorées sont parmi les plus belles, cela signifie que nous sommes très sensibles à ces valeurs. Il est donc sain et bon pour tous de créer dans notre quotidien des circonstances qui vont favoriser le vécu de ce type de belles expériences. Nous sommes donc partiellement responsables du choix de nos moments de vie, de leur intensité et de leur qualité.

ACTIVITÉ :

a) L'animateur dit au groupe (en adaptant le texte selon l'âge des enfants/adolescents) :

"Maintenant, nous allons faire une expérience : il s'agit d'un voyage dans le temps. C'est aussi un voyage hors du temps, pour vivre la « paix de l'esprit ». Mais d'abord, faisons une « relaxation express » : installez-vous confortablement, le dos droit, les muscles relâchés. Fermez les yeux. Respirez profondément, contractez vos muscles, puis relâchez-les (trois fois). On entre maintenant dans notre passé. Laissez venir à vous, rappelez-vous, l'une des plus belles expériences de votre vie, une expérience qui vous a bouleversé par sa beauté ou sa vérité, et grâce à laquelle vous vous êtes senti transporté dans un état de gratitude. Par exemple, cela a pu se passer durant un coucher de soleil, lors d'un concert, à la naissance d'un enfant, en entrant dans un lieu sacré, en entrant en contact avec une personne particulièrement émouvante, devant une œuvre d'art, au cours d'une activité sportive... (Pause de deux minutes en silence). Réjouissez-vous de la qualité de cette expérience. Essayez de la revivre. Regardez les valeurs qui se cachent derrière cette expérience. Est-ce que ce n'est pas ce que vous souhaitez dans votre vie ? Dans votre vie quotidienne ? N'est-ce pas dans cet état que vous souhaitez vivre le plus souvent possible ? (Pause de deux minutes en silence). Pensez à un mot qui exprime ce que vous ressentez maintenant et inspirez profondément..

Nous allons revenir, à notre état de conscience ordinaire. Nous allons revenir tout doucement dans cette pièce. Respirez profondément encore une fois. Remuez vos orteils et vos doigts. Étirez-vous. Ensuite, tout en conservant l'état d'esprit dans lequel vous êtes, ouvrez les yeux. Regardez autour de vous dans la pièce. Reprenez doucement contact du regard avec quelques uns d'entre nous. Cela vous aidera à être dans le présent. Nous allons noter sur un tableau les mots qui représentent cette expérience". (Écrire les 10 premiers mots au tableau).

b) Moment d'échange par groupe de deux, à tour de rôle.

Cet échange est très important car chacun échange sur ce qu'il a vécu alors qu'il était dans un état particulier de conscience. L'expression « de un à un » aide l'émergence progressive dans la conscience des principes fondateurs de l'expérience. Attribuer environ 4 ou 5 minutes à chacun.

But final : conscientiser le fait que nous avons déjà tous connu les états de paix que nous souhaitons vivre dans nos vies ; conscientiser que cette paix existe en nous (en la réactivant par le souvenir) ; laisser découvrir où se « love » réellement la paix, où elle est localisée ; conscientiser les circonstances dans lesquelles ces moments se sont produits ; conclure sur une note plus globale où corps, émotion et mental vibrent d'un même élan en accord avec toutes nos dimensions. Ainsi l'état personnel de dualité est dépassé pour aller vers un état transpersonnel de non-dualité. C'est dans cet état d'esprit que la paix se vit "naturellement", sans effort.

Florent Pasquier. Enseignant-chercheur. Membre d'Unipaz.
Pour en savoir plus : <http://www.unipazfrance.org>

RESSOURCES

Livres pour enfants

- **Le petit prince** d'Antoine de Saint Exupéry pour tous les messages que cette œuvre porte
- **Paix** de Wendy Anderson Halperin, Editions Circonflexe. Merveilleux hymne à la paix qui permet à l'enfant de suivre un chemin de soi au monde, du monde à soi, en oeuvrant pour la paix
- Une collection des Editions Actes Sud Junior : des petits livres pour réfléchir ensemble
 - ▶ **La guerre et la paix à petits pas** de Véronique Corgibet , comment éviter les guerres, construire une paix durable
 - ▶ **Filles et garçons, la parité à petits pas** de Carina Louart
Pour parler du déséquilibre de l'éducation, des mentalités, de la vie sociale et faire changer les choses....
 - ▶ **La République à petits pas** de François Michel
pour comprendre le fonctionnement de la vie démocratique, les droits et les devoirs
- **Et si on redessina le monde** de Daniel Picouly, Editions Rue du Monde
une invitation à le réinventer pour qu'il soit juste, respectueux, beau, ...
- **Nous naissons tous libres....** d'Amnesty International avec les Editions Circonflexe :
s'appuyer sur les textes de la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme pour construire un monde plus juste à petits pas

Livres et revues

- **Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent** d'Adèle Faber et Elaine Mazlich Editions Phare
- **Parler pour que les ados écoutent, écouter pour que les ados parlent** d'Adèle Faber et Elaine Mazlich, Editions Phare
- Deux livres remplis de suggestions simples et pratiques, dans un style franc, direct et accessible qui a fait la renommée des auteures
 - ▶ **Conflit, mettre hors jeu la violence** du collectif Non-Violence Actualité, Edition Chronique sociale
 - ▶ **4 étapes et je lâche prise** de Patricia Penot, Edition Solar.
Livre atelier pour vaincre nos résistances et accéder au bien-être
- **10 vertus pour cultiver son jardin intérieur** de 10 auteurs de renom, aux Editions Jouvence
- **100 questions-réponses pour éduquer à la non-violence** de la Coordination pour l'éducation à la non violence et à la paix, sous la direction de Vincent Roussel, Lyon, Chronique Sociale, 2011.
- **Revue Alternatives Non-Violentes**, revue trimestrielle IRNC, MAN et non violence XXI.
- **Revue Non-Violence Actualité**, revue bimestrielle sur la gestion non-violente des conflits
- **La Lettre "Éduquer à la non-violence et à la paix"** de la Coordination est téléchargeable sur le site : <http://education-nvp.org/ressources/la-lettre/>



Bibliographie d'Armen TARPINIAN

Poésie

- **Le Chant et l'Ombre**, Éditions de l'Arche, 1953
- **Le Chant et l'Ombre**, La Part commune, 2005 (édition augmentée)

Essais

- Être Psychothérapeute. Questions, pratiques, enjeux, Dunod, 2006 (coordination)
- **École : Changer de cap. Contributions à une éducation humanisante**, éditions Chronique Sociale, 2009 (codirection)
- **Idées-forces pour le XXI^e siècle**, éditions Chronique Sociale, 2009 (direction)
- **Vivre s'apprend... Refonder l'humanisme**, éditions Chronique Sociale, 2009
- **Éduquer et Former. Connaissances et débats en Éducation et Formation**, (Dir.) Martine Fournier, Éditions Sciences Humaines, 2010 (un article)
- **Donner toute sa chance à l'école. Treize transformations nécessaires et possibles..**, éditions Chronique Sociale, 2011(coordination)
- **L'Éducation psycho-sociale à l'école. Enjeux et pratiques**, éditions Chronique Sociale, 2014 (Actes du colloque de 2013) (codirection)

Sites internet

- Association de la Psychologie de la Motivation : www.apmotivation.free.net
- Collectif école changer de cap : www.ecolechangerdecap.net
- Pour utiliser avec ses élèves des outils d'individualisation au service de la personnalisation et du progrès de tous à la place de la notation : <http://www.pidapi-asso.fr/?view=featured>
- Association Vivance: www.vivance.net
- Académie internationale de Sophrologie Caycédienne : www.sofrocay.com
- Association Non-Violence Actualité : www.nonviolence-actualite.org
- Les communautés de l'Arche de Lanza Del Vasto : <http://www.arche-nonviolence.eu/> et <http://www.arche-de-st-antoine.com/>
- L'Accordée- caravane du vivre ensemble : <http://www.accordee-caravane-du-vivre-ensemble.fr/>
- Pour découvrir le Parcours de Paix « Discoverpeace » dans Paris et les 6 autres villes européennes : <http://www.discoverpeace.eu/fr/choisissez-une-ville/>
- Pour tout savoir sur le mandala : <http://www.psychologies.com/Bien-etre/Relaxation/Pratiques-energetiques/Articles-et-Dossiers/Mandalas-pour-un-ete-haut-en-couleurs/Mandalas-des-dessins-pour-se-recentrer>





Agenda

■ du 21/08/15 au 25/08/2015 : Journées d'été de la Coordination : "*Encourager l'empathie : Enjeux-méthodes-outils.*", à l'Arche de Saint-Antoine (Isère)

Renseignements et inscriptions à secretariat@education-nvp.org et sur le site :

<http://education-nvp.org/le-reseau-ecole-et-non-violence/journees-dete-de-la-coordination-2015/>

■ du 21/09/15 au 2/10/2015 : Quinzaine de la non-violence et de la paix : "*Je change de regard, je m'ouvre à l'empathie*"

■ 28/11/15 : 13e Forum de la non-violence à l'école : "*comment encourager l'empathie*", à la Mairie du 10e arrondissement de Paris

Associations membres de la Coordination

ACCES - Clairière de Paix • Action des chrétiens pour l'Abolition de la Torture • Alliance Nationale des UCJG • Alternatives Non-Violentes • Amely (Accès Droit et Médiation) • Antenne Réunionnaise de l'Institut de Victimologie - École réunionnaise de la paix • APEPA • Arche de Lanza del Vasto • Association Ecole Changer de Cap • Association "Enfance - Télé : Danger" • Association Centre Nascita du Nord • Association La Salle • Association La Vie en Marche • Association Le Petit Prince • Association Montessori de France • Association Montessori pour tous • Association Montetibou • Association pour l'Instauration d'un Revenu d'Existence • Association pour la Communication Non-Violente • Association pour la Promotion de la Prévention Précoce • Association Ressources Pédagogiques pour une culture de non-violence • Association Unifiée du Collège Cévenol • Atelier de paix du Clunisois • Bureau International Catholique de l'Enfance • Centre de Ressources sur la non-violence de Midi-Pyrénées • Centre Quaker International • Collectif des Alpes-de-Haute-Provence pour l'éducation à la non-violence et à la paix • Comité Catholique contre la Faim et pour le Développement • Conflits sans violence • Coopération A la Paix • Coordination orléanaise pour la Décennie de la Non-Violence et de la Paix • Coordination parisienne • La Corbinière des Landes • CPCV Ile-de-France • Cultivons la paix • Démocratie et Spiritualité • DIH - Mouvement de protestation civique • Éclaireuses et Éclaireurs de France • École de la paix de Grenoble • École soufie internationale • Emmaüs France • Enseignants pour la paix - Midi-Pyrénées • Espérante - SAT - Amikaro • Étincelle • Famille franciscaine • Fédération des AROEVEN-FOEVEN • Fédération Unie des Auberges de Jeunesse • Fondation de Corse-UMANI • Génération Médiateurs • Gers-Médiation • Graine de Citoyen • IECCC • Initiatives et Changement • Institut de recherche et de Formation du Mouvement pour une Alternative Non-violente • Institut de Recherche sur la résolution Non-violente des Conflits • Institut pour la promotion du lien social • Institut Supérieur Maria Montessori • Jeunesse et Non-Violence • Justice et Paix France • Korhom • L'Arche en France • L'Enfant bleu - Enfance matritée • Le Soc - Maison Jean Goss • Le Valdocco • Les Maisons de Paix • Les Serruriers Magiques • Ligue de l'Enseignement • Maison des Droits de l'Enfant • Mémoire de l'Avenir • Mouvement International de la Réconciliation • Mouvement pour le Désarmement, la Paix et la Liberté • Mouvement pour une Alternative Non-violente • Non-Violence XXI • Office Central de la Coopération à l'École • Paix sans frontière • Partage • Pax Christi - France • Psychologie de la motivation • Recherche sur le Yoga dans l'Éducation • Renover l'École en Valorisant et en Encourageant les Initiatives Locales • Réseau Espérance • Secours Catholique • Réseau mondial Caritas • UNIPAZ France • Vivance - Centre de Sophrologie caycédiennne et de non-violence.

1. La coopération
2. Les conflits
3. La communication
4. Les règles
5. Les genres
6. Les différences
7. La sanction
8. La solidarité internationale
9. Le respect
10. L'éducation au développement durable
11. La médiation
12. L'estime de soi
13. Les échanges réciproques de savoirs
14. Les émotions
15. Sexualité et sentiments
16. La gestion des temps de tension de la classe
17. L'éducation aux écrans
18. L'art au service de la paix et de la non-violence
19. La rumeur
20. L'éducation à la différence : le handicap à l'école
21. Le bouc-émissaire
22. Créer la cohésion d'un groupe
23. L'empathie
24. Eduquer à la responsabilité
25. Le poids des émotions dans l'apprentissage de la responsabilité
26. Pédagogies nouvelles, nouvelles pédagogies en France
27. Le théâtre-forum, outil de résolution non-violente des conflits
28. Les nouvelles pédagogies dans le monde
29. L'art, le corps et le mouvement
30. Construire la paix à petit pas (1)
31. Construire la paix à petit pas (2)

LA LETTRE - JUIN 2015 / N° 32

Télécharger La Lettre ou s'abonner
www.education-nvp.org/la-lettre

Contribuer, commenter, réagir
Coordination pour l'éducation à la non-violence et à la paix
148, rue du Faubourg Saint-Denis - 75010 Paris
lalettre@education-nvp.org

Thème des prochains numéros de La Lettre

33. CHANGER DE REGARD : DE L'INTOLERANCE A LA TOLERANCE