

La Lettre

Eduquer à la non-violence et à la paix

REVUE TRIMESTRIELLE À DESTINATION DES ENSEIGNANTS ET DES ÉDUCATEURS - OCTOBRE 2015 / N°33



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

Télécharger La Lettre ou s'abonner

www.education-nvp.org/la-lettre

N° 33



ÉDITORIAL..... 2

Analyse de fond :
Bruno MATTEI, *La révolution intérieure d'une culture de la paix* 3-4

Témoignages

Mémoire de l'Avenir, L'art pour changer de regard 6-7

Stéphanie TRUCHOT, Mallette de Paix d'Agogie 8

Marie LEBRUN-BENARD, Favoriser un climat serein dans un groupe: proposer et ritualiser des temps de centrage..... 9

Françoise DYUCK, Construire la paix à petits pas : Bilan après un an de jeux coopératifs avec les enfants de 5 à 8 ans 12

La Commission Quinzaine/Forum de la Coordination, Mise en vie des projets de la Coordination ENVP 13

J.F BERNARDINI, Comprendre pour ne pas répéter 16

Boris BOUARD, Changer de regard 17

Florent PASQUIER, De l'intolérance historique des systèmes informatiques à l'ouverture actuelle des consciences - Episode 1 19

Marylin WOLF-ROY, Porter un regard positif sur soi et sur l'autre en jouant..... 20

Fiches pédagogiques

Brigitte Mezdag, *Vivre en relation* 5

Marie RENOUARD, Relation avec les autres - Estime de soi 10-11

Guillaume TIXIER, Apprendre l'empathie avec le théâtre et le théâtre forum 14-15

Boris BOUARD, Du stéréotype au préjugé 18

Annie GHILONI, Face à un inconnu 21

RESSOURCES..... 22-23

ÉDITORIAL

Par le comité de rédaction de La Lettre

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

APPEL À CONTRIBUTIONS
PROCHAINS NUMÉROS

34 : "Vers la tolérance :
s'ouvrir à l'empathie"

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

L'intolérance empêche la rencontre, la compréhension. Elle coupe toute relation ou la rend très délicate... Pourquoi sommes-nous parfois intolérants lors d'une première rencontre ou même après ? Qu'est-ce qui provoque en nous des réactions d'intolérance dans certaines situations ? Le choc de nos pensées ? De nos manières de vivre ? Nos émotions ? L'approche que nous ressentons agressive ? La difficulté de communication ? Notre éducation reçue ?

« Chacun a de bonnes raisons de penser ce qu'il pense, de ressentir ce qu'il ressent, de dire ce qu'il dit, de faire ce qu'il fait » selon le postulat de cohérence de l'I.R.I.S *.

Mettre cette maxime en vie demande un vrai changement d'approche, de positionnement. Elle invite à changer de paradigme, à oser se décentrer de soi pour nous permettre de comprendre l'autre dans ses pensées, émotions, réactions, habitudes de vie, ... « chausser ses mocassins » comme le disent si bien les indiens.

Cela demande aussi de changer son rapport à l'autre, de cesser de penser en plus ou en moins, en rapport de forces, de lâcher l'idée de hiérarchie pour oser la coopération, la confiance mutuelle en appui sur des valeurs sûres : sincérité, loyauté, fidélité à la parole donnée. Pour cela, il faut oser « lâcher » les idées de performance, compétition, rivalité.

Cette approche, toute différente, invite à ouvrir son esprit :

« 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 » (préambule de l'acte constitutif de l'Unesco).

pour

- découvrir l'autre dans ce qu'il est, pense, vit

- respecter chaque enfant dans ce qu'il est profondément pour lui permettre de s'élever, de grandir et devenir lui

- s'enrichir des différences de tous les autres pour grandir, évoluer soi-même

- devenir bienveillant

Ce n'est pas simple quand nous avons été éduqués à écouter et nous taire, à obéir sans discuter, à se plier aux règles fixées sans explication aucune. Cela a provoqué en nous des blocages, des réactions par réflexe, et même des pensées dogmatiques. Changer de logique est alors difficile, demande des efforts..... Cela demande d'oser un changement de regard sur soi-même pour oser changer son regard sur l'autre et ainsi pouvoir accueillir les ressentis de l'un et de l'autre, répondre aux besoins de chacun, accepter les différences, oser la tolérance.

Bruno Mattéi, dans son analyse, dévoile pour nous un pan nouveau de l'aventure humaine et de tous ses possibles pour changer de paradigme, oser l'éducation à la paix et la non-violence. Les témoignages sont, pour chacun, des clés pour oser se lancer et y entraîner les enfants, les jeunes que nous avons la responsabilité d'éduquer : projets, ateliers, interventions multiples et diverses dans des domaines variés. Les fiches pédagogiques sont (chacune) des « petits trésors » à expérimenter, vivre pour développer l'empathie, oser le changement de regard...

Belle découverte à vous, chers lecteurs. Nous sommes intéressés par vos réactions à cette Lettre, à tous ses articles

* Institut de Recherche et d'Information bio-Sociales
Site internet : www.iris-formations.fr



La révolution intérieure d'une culture de la paix

Analyse de fond

1. Désespérément, nous disons vouloir la paix ou du moins la rechercher avec la meilleure part de nous-mêmes et les effets à en attendre d'une humanité "civilisée". Au contraire, la guerre, on devrait dire les guerres avec leurs cortèges multiformes de violences, passent dans toutes les grandes sagesses du monde comme une défaite de l'humain. Ce constat, trop général, en appelle un autre plus précis. Nous n'avons cessé de guerroyer depuis des temps immémoriaux et de trouver dans les guerres déclarées ou pas beaucoup de satisfactions, voire de plaisirs et jouissances.

Comment expliquer autrement l'ingéniosité sans limites des hommes et des sociétés à y mobiliser leurs énergies psychiques et leurs affects ?

Comme si, notait un philosophe contemporain, la guerre venait rompre le caractère pas assez attrayant de la paix, répétitive, ennuyeuse et frustrante à bien des égards. Avec la guerre, cette hydre à mille têtes, il se passe enfin quelque chose d'exceptionnel où le (mauvais?) génie de l'homme peut se donner libre cours !

Le paradoxe qu'entend souligner ces constats n'est sans doute qu'apparent si on considère qu'il ne fait qu'exprimer l'état présent de notre humaine condition. Nous nous posons ouvertement

et réflexivement cette question de la guerre, des violences, versus la Paix et la concorde des sociétés qu'il n'y a guère plus de 3 à 4000 ans. Edgar Morin, en philosophe et anthropologue avisé, écrivait que "nous n'en sommes (encore) qu'à la préhistoire de l'esprit humain".

Comment, en si peu de temps, aurions-nous pu en effet, à une échelle suffisamment collective, significative et partagée, nous "entendre" sur nous-mêmes, sur ce qu'il en est de l'humanité de l'homme? Nous ne sommes qu'au début d'une transition de civilisation et d'humanité et nous avons à assumer de nous sentir responsables de sortir des zones de confusions, des points aveugles, encore inexplorés de notre psyché collective, sources d'ambivalences, de contradictions et d'errances. Condition indispensable qui nous permettrait de "comprendre" ce qui nous arrive, c'est à dire d'en prendre "la mesure" pour savoir ensuite si nous avons vraiment envie de prendre des "mesures" pour vivre en paix plutôt qu'en guerre. Ce que le philosophe Kant, au 18ème siècle soulignait en évoquant "l'insociable sociabilité de l'homme", qui fait obstacle et barrage à toute réflexion et avancées vers "une paix perpétuelle" et un état "cosmopolite" du monde qui la mettrait en œuvre.

2. Tirons la conséquence de ces prémisses pour réfléchir utilement à la question, sans réponse avérée à ce jour, d'une culture toujours possible (tant qu'il y aura des hommes... !) de la paix et d'une concorde universelle. Prenons la mesure pour commencer du sens premier du mot "paix" (en latin "pagus") qui veut dire le "pieu", cet objet en bois, suffisamment enfoncé et fiché dans la terre pour se dresser fermement et durablement à la verticale afin de ne pas succomber à toutes les bourrasques venues d'ailleurs et de toutes parts. On pourrait dire que la paix doit être enracinée dans une terre humaine,

"un humus humain", cette partie féconde de la terre, mais là par analogie, "humus" de notre "esprit" pour qu'y surgissent des fruits, encore improbables, ceux qui émaneraient de ce mot encore "mal dégrossi", lieu de toutes les imprecisions et approximations que nous appelons: "Paix".

Le "lieu-dit de la Paix" doit nous occuper de près avec une attention incessante, celle des valeurs, c'est à dire de ce qui "vaut" la peine de penser et de faire pour accéder à une "stature" ou "figure humaine", histoire justement pour l'homme de faire "bonne figure" ... en tant qu'humain improbable!

3. Dans la charte de l'ONU de 1945 figure cette simple phrase: "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". La conscience universelle qui s'exprime dans la Charte après un demi-siècle d'effroyables barbaries largement partagées, indique que c'est à l'intérieur de nous-mêmes que nous devons pénétrer, pour discerner les arcanes embrouillées, voire inconnues et terrifiantes de ce dont nous sommes capables dans notre "espace intérieur". Et par une sorte de complet retournement et bouleversement

(soit le sens premier de révolution) en détecter les racines et les sources afin de puiser dans ce discernement d'airain, les prémices, les premiers jalons d'une Paix durable. A ce propos une remarque s'impose:

- Rien n'est moins évident que d'y parvenir. Car l'état de "préhistoire de l'esprit" et de transition fait que nous n'avons pas encore à notre disposition les outils psychiques, éthiques et spirituels pour prétendre opérer cette révolution.



Le paradoxe est que nous devons produire cette culture intérieure de la paix avec... ce qui précisément nous manque. Donc, avec des instruments, représentations, mœurs et valeurs qui sont toujours ou encore ceux de la guerre. Et prendre alors le risque de la confusion de tenir pour des instruments de paix des outils qui sont encore ceux de la guerre, mais simplement adoucis, revêtant des aspects plus "présentables", avec les meilleures intentions du monde. L'enfer (de la guerre) n'est-il pas pavé des bonnes intentions (de la paix)?

Alors comment "espérer" élever les défenses de la paix en dépit des abîmes qui nous bordent sinon par un surcroît de lucidité d'exigence et d'innombrables patiences, sans faux semblants, ni complaisances, pour parvenir jusqu'aux racines de ce qui empoisonne et fait mourir notre "humus humain", encore si ténu, mais pourtant présent, déjà là, à l'état de traces, puisque nous savons au moins le nommer et en ressentir l'exigence sinon l'appel?

4. On connaît l'adage toujours en vigueur depuis les Romains : "si tu veux la paix, prépare la guerre". Autrement dit, même en temps de paix qui n'est jamais qu'un armistice entre deux guerres, continue à t'armer, à élever les défenses de la guerre car le monde n'est constitué que d'ennemis de circonstances. Avec dans nos têtes des frontières et des murs pour nous défendre contre "l'arabe-musulman", "le Rom", le "terroriste" sans compter les ennemis de l'intérieur : "jeunes des banlieues et autres périphéries obscures". Une culture de la paix réelle et authentique, et pas en simulacres et dénis, nous intime au contraire de renverser l'adage et d'écrire : "Si tu veux la paix, prépare la paix". "Fais la paix à la guerre" devrait être notre maxime universelle que l'on pourrait énoncer ainsi : "il te faudra apprendre,

au fur et à mesure des épreuves intérieures de ta vie, à révolutionner en toi le regard grossier que ton éducation et l'humanité peu évoluée de ta société t'a fait porter sur tout autre humain que toi. Et ce travail-là de transformation radicale est celui que tu as à accomplir pour ton accomplissement humain et celui de l'humanité toute entière". A quoi on pourrait ajouter comme viatique indispensable le rappel de l'article premier de la Déclaration universelle des droits de l'homme qui stipule que « tous les êtres humains doivent agir les uns envers les autres dans un esprit de fraternité ». "l'Esprit de fraternité" étant la boussole la plus appropriée pour faire avancer la cause commune de la paix.

5. On voit qu'être en paix avec nous-mêmes et avec tout un chacun, donc tout autre que soi, suppose pour chaque individu d'être le sujet vivant de ce travail sur soi pour une culture humaine de l'art de la paix.

Avec l'appel d'apprendre à se donner les compétences éthiques d'une psyché, d'un ethos et d'un esprit de paix et de fraternité.

Ce pourquoi tout ce qui relève de l'éducation à la paix et ouverture à la paix universelle doit d'abord s'entendre mais pour entendre encore faut-il des oreilles comme permanente, patiente et humble auto et co-éducation de ceux qui s'avancent pour la cause de la paix. Avant d'en être les pédagogues, il convient de s'assurer d'abord d'en être les témoins fiables par sa vie propre. Le témoin est celui qui vit en premier et rend désirable le chemin qu'il propose aux autres. Autrement le risque est de rester de simples dispensateurs de prescriptions programmes et outils sans doute chatoyants, rodés et raisonnés, mais sans résonance en profondeur et de fait sans effets réels, pour s'abîmer, comme c'est hélas souvent le cas, dans une sorte de morale sociale ("moraline" des bonnes intentions disait Nietzsche.)

Les perspectives actuelles, ne le cachons pas, sont sombres dans la crise abyssale de cette civilisation que nous connaissons. D'où la charge et responsabilité redoutable pour les éducateurs de paix, dans quelque lieu officiel ou informel qu'ils agissent, d'inaugurer sans trêve un chemin qui n'a pas encore de chemin, qui est le chemin et la vie, le chemin de la vie.

Bruno Mattéi,
professeur de philosophie honoraire à l'ex-IUFM de Lille

Sur la question des "compétences éthiques" pour une éducation à la paix et à la fraternité et des ateliers pour les discerner et les mettre en œuvre que j'ai pu animer ou co-animer dans cet esprit on peut toujours me contacter pour des écrits à ce sujet ou tout autre échange possible : bruno.mattei1@free.fr



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



Vivre en relation

Fiche pédagogique 1

1. Mise en route : présenter le sujet et les moyens pédagogiques aux élèves, créer du lien.

Je me présente et j'interpelle les élèves sur mon accent et dis quelques phrases en néerlandais. Cela, avec l'absence des tables, crée une ambiance de détente et de curiosité et permet le lien avec le sujet du jour que je leur présente ainsi : « Je vous propose un cours de langue de la bienveillance et de ses gestes et attitudes. Cette langue est cachée dans toutes les langues du monde, nous allons la déterrer ».

Ce cours est comparable à un laboratoire d'expériences : nous allons bouger, vivre des expériences. Il est alors nécessaire pour moi de poser quelques règles de sécurité au groupe :

1. Parler en message-je (je pense, je sens, je crois – effacer « on » et « c'est »)
2. Non-jugement de la personne (et traduire un jugement en message-je « ce que tu viens de dire me dérange »)
3. La confidentialité de ce qui est dit en partage
4. Le droit de dire Stop et de rester en observation. L'écoute du ressenti est prioritaire par rapport à l'obéissance aux consignes d'un exercice énoncées par l'intervenante pendant la durée de l'intervention.

2. Constat ensemble nos habitudes de communication et de comportements habituels et ... insatisfaisantes.

Je joue devant les élèves, avec le ou la prof, ou avec un élève (tous briefés en direct) une scène de la vie courante insatisfaisante : ex. un élève, en attendant le car scolaire, est agressé verbalement et bousculé devant les autres par un copain en colère : « tu ne m'as toujours pas rendu mes écouteurs, j'en ai vraiment marre, t'es nul » etc.

Tour de ressenti des élèves après cette scène et vérification de la réalité de la scène. Chacun exprime son ressenti « gêne, mal à l'aise, colère, peur, honte » etc. et reconnaît ce type de vécu. Qui a raison ?

Le modèle MmE (Majeur -mineur/ Equivalence) du Dr Pat Patfoort* vient éclairer nos habitudes. Grâce à notre instinct de survie, qui est comparable à un moteur, chacun de nous depuis sa naissance produit de l'énergie, de la force. Je suis la seule personne qui a un pouvoir sur ma force, je l'oublie souvent...

Je laisse à quelqu'un d'autre le pouvoir sur moi, je me comporte en mode « mineur » (je suis mal à l'aise et je ne sais pas comment le dire, je me tais, je boude, je fuis), je prends le pouvoir (à mon insu !) et je m'exprime dans le mode Majeur (j'ai raison, je prends -trop ?- ma place).

Souvent aussi, je vis avec toi, ma copine, mon copain, mon frère ou ma sœur, mes parents etc. des moments chouettes, nous nous écoutons, nous nous entendons ! À ces moments je vis dans le mode d'Equivalence. Pour m'installer dans ce mode de vie, il est nécessaire d'apprendre une nouvelle langue ! Rappelons-nous la scène précédente, les deux « copains » parlent la langue Majeur-mineur, ils font preuve d'une énergie vitale qui est ... inefficace et insatisfaisante ! Allons voir cette énergie de plus près :

Exercice « L'Arbre debout » à partir d'un proverbe Amérindien :

« Là où sont mes pieds, là je suis ».

En duo, côte à côte, 3 étapes :

1. Elève A donne un léger coup sur l'épaule de Elève B qui ne résiste pas = je n'ai pas fait confiance à mon observation, ni à mon ressenti et je laisse prendre ma place (mineur).
2. Elève B, en « colère », passe en mode majeur : physiquement il met sa force dans les épaules, ne se laissera plus faire, prêt à l'attaque. A redonne un léger coup sur l'épaule de B, attitude qui le garde en mode Majeur : il se raidit, se fige, se fatigue à être sur la défensive. En touchant l'épaule de B, A ressent (souvent) une dureté qui fait mal.
3. Grâce à mon outil personnel : la respiration, je m'installe en moi. En trois respirations, je descends ma force dans le ventre, je décide de rester à cette place. B prend une attitude souple, ferme, inébranlable. Du coup, A n'arrive plus à déplacer B. B demeure calme, souple, ferme et ... bienveillant.
4. Intvertir les rôles de B et A. et amener à commenter : cette force est au-dedans de nous, nous l'exprimons par notre regard, notre voix et tout notre être. « Moi seul ai un pouvoir sur ma force ! »

Cette force est présente dans la langue de la Bienveillance, la langue de la vie en Equivalence.

Nous allons pouvoir commencer l'apprentissage de cette langue : tout à l'heure, la scène insatisfaisante sera transformée grâce à ce nouveau langage vrai et ferme qui n'a pourtant rien de magique. Marshall Rosenberg** a mis en « règles de grammaire » ce que P. Patfoort appelle communiquer en Equivalence.

Apprenons tout d'abord quelques règles de grammaire de cette langue par des expériences : La balle –Parole.

Assis en cercle, une balle fait le tour du cercle. Chacun la reçoit une seule fois, dit le prénom de quelqu'un en face de lui et lui lance la balle. Chacun se rappellera à qui il a lancé la balle. Après un premier tour où « la balle est comparable à une parole ou un message » les participants sont invités à recommencer un nouveau tour (le même !) puis d'autres. Ces 4 ou 5 nouvelles balles-paroles auront aussi à effectuer leur tour sans tomber.

L'intervenante pose plusieurs fois un STOP et demande aux élèves de formuler « la grammaire de la langue de la Bienveillance » qu'ils viennent d'expérimenter : se regarder – s'appeler par son nom - s'écouter - savoir attendre – vérifier la disponibilité de l'autre, gérer sa force, se connecter à son ressenti et à ses besoins - être attentif à l'autre et au groupe...

3. Vérification des acquis et clore : En petits groupes de 4 à 5, les élèves reprennent la scène insatisfaisante dans le mode Majeur-mineur jouée auparavant par l'intervenante et son partenaire, ils la « travaillent » et la transforment en mode d'Equivalence grâce à la langue de la Bienveillance.

Chacun s'exprime ensuite pour faire le point de son vécu, de ce que cela lui a apporté.

Brigitte Mesdag,

Formatrice à la gestion positive des conflits par l'écoute active et la communication bienveillante, Association FEVE Formation & Expérimentation au Vivre Ensemble Saint Antoine L'Abbaye



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

*Dr Pat Patfoort www.patpatfoort.be/FR-Pat.tm « Se Défendre sans attaquer – la puissance de la nonviolence »

**Marshall Rosenberg « Les mots sont des fenêtres »

L'art pour changer de regard

Témoignage 1



MÉMOIRE
DE
L'AVENIR

Mémoire de l'Avenir avorise la rencontre entre les publics, les artistes, les œuvres pour lutter contre toutes formes de préjugés et de discriminations, pour favoriser le passage de l'intolérance vers la tolérance et, plus largement, pour contribuer à donner les moyens à tous les publics d'élaborer un meilleur vivre ensemble.

Le projet Stéréotype a été mis en place en 2013/2014 par l'association Mémoire de l'Avenir avec une classe d'accueil et une 6ème SEGPA au collège Le Clos Saint Vincent à Noisy-le-Grand (93). L'équipe éducative du collège, les médiatrices de l'association et les deux artistes intervenantes - l'auteur comédienne Isabelle Gozard et la photographe Valeria Anzolin - ont élaboré ensemble cet atelier à partir d'une constatation partagée sur les situations de grande **précarité et de violence** auxquelles sont confrontés la plupart des élèves au quotidien.

A partir de La chèvre de Monsieur Seguin d'Alphonse Daudet et d'une adaptation écrite et mise en scène par José Pliya, Monsieur, Blanchette et le Loup dont ils ont vu une représentation au théâtre du Tarmac (Paris), élèves et artistes ont travaillé **sur les questions de stéréotype, d'identité, d'altérité et de tolérance**. Le projet, nourri par un important travail de dialogue, a mis « les élèves en (situation de) création » collective à travers un processus alliant productions écrites et photographiques individuelles.

Photographier l'identité et réinventer des histoires

Les élèves ont exploré la notion d'identité dans le cadre de la série **photographique** : ils sont partis à la rencontre de personnes travaillant au collège et de passants dans la rue pour les photographier puis ont regroupé ces portraits par catégories à partir d'un détail (vêtement, coiffure, âge...) en respectant des codes spécifiques de cadrage, de positionnement, d'expression...



« capuches » :

Sous un thème précis (« couvre-chef », « objets »...), les élèves ont réalisé une série de portraits rassemblant des personnes portant cet attribut identitaire. Il s'agit de montrer le double sens du terme « cliché » amenant aux stéréotypes, tout en respectant des codes de cadrage et d'expression.

“Capuches”



A partir des photographies, puisant à la fois dans leur vécu et leur imaginaire, les élèves ont réinventé des personnages de contes (Cendrillon, Les trois petits cochons, Le petit chaperon rouge, La chèvre de Monsieur Seguin) ce qui leur a permis de débattre des questions **de représentation, de différences et de d'acceptation de l'autre**. La chèvre de Mr Seguin est ainsi perçue telle que « blanche, vivant en France », tandis que le loup vient du « Pont du Mali, porte une fourrure noire et mange de la viande de chèvre ». Ainsi donc, à partir d'un portrait, naît l'histoire d'un « chien qui est beau. Il s'appelle Dalton. Il est gentil, il ne mord pas les gens, il monte sur eux. Ce chien est avec Monsieur Karim à la gare de Noisy le Grand. Monsieur Karim habite Brie sur Marne.... »

Un parcours culturel interactif au Musée de l'Histoire de l'Immigration conçu et mené par **Mémoire de l'Avenir** leur a permis de dialoguer à partir de leurs ressentis et de leurs observations face aux œuvres sélectionnées et de s'interroger sur ce que sont les migrations et les stéréotypes pouvant s'appliquer aux migrants dans le pays d'accueil et leurs ressorts. Cet atelier a permis aux élèves de cultiver une **liberté de pensée, un esprit collectif et de partage, de distinguer un cliché d'un stéréotype, de s'interroger individuellement et ensemble sur la singularité de chacun, au-delà de son appartenance à un groupe, au-delà des clichés**. Les élèves ont ainsi travaillé sur l'expression et la dénonciation des stéréotypes et des préjugés de manière construite et créative puisqu'ils ont produit trois petits contes et des photographies qui ont été réunis dans un livret avec lequel chacun a pu repartir comme trace de l'expérience partagée.

« Dos » :

Sous un thème précis (« couvre-chef », « objets »...), les élèves ont réalisé une série de portraits rassemblant des personnes portant cet attribut identitaire. Il s'agit de montrer le double sens du terme « cliché » amenant aux stéréotypes, tout en respectant des codes de cadrage et d'expression. »



“Dos”

La présentation des textes et séries photographiques au collège auprès des enseignants, camarades et artistes a également été un temps fort pendant lequel tous ont exprimé une grande fierté du projet réalisé. Cette expérience commune a favorisé **la cohésion de groupe** et a contribué à redonner de **la confiance**, de l'optimisme quant à leurs capacités d'action, à des jeunes qui n'avaient pas beaucoup **d'espoir**. Ce travail a été présenté lors de **l'événement artistique annuel Mémoire de l'Avenir** ¹.

Association Mémoire de l'avenir
www.memoire-a-venir.org/

¹ http://memoire-a-venir.org/crbst_60.html

Mallette de Paix d'Agogie

Témoignage 2

Son point de départ est la théorie des Intelligences Multiples d'Howard Gardner qui invite à considérer l'intelligence non comme quelque chose de figé et restreint à la logique ou au langage mais qui englobe bien plus et notamment l'intelligence relationnelle et émotionnelle...

Cette mallette se compose d'une affiche sous forme de carte mentale à reconstituer pour découvrir ces intelligences. Des jeux sont proposés pour développer la coopération, la dynamique de groupe, l'estime de soi et la gestion mentale.

Elle peut s'utiliser avec des élèves de primaire ou de collège pour nourrir la vie de la classe tout au long de l'année et ainsi favoriser la dynamique de groupe et apprendre la coopération.

Idéale aussi en MJC, centre aéré et réunions entre adultes pour animer des séances de vivre ensemble et de citoyenneté avec des participants de tous âges.

Avant de commencer, certains enfants et même adultes peuvent avoir une certaine réticence : « De toute façon, moi je suis nul ! ». Pourtant, au bout de quelques questions sur leurs compétences, leurs épaules se redressent, un sourire apparaît sur leur visage : « En fait, j' suis pas si nul que ça ! ». Et un autre de rajouter : « On s'accepte plus facilement comme on est quand on sait quelles compétences on a ! »

Je remarque que cela permet de consolider la confiance en soi et positiver le regard qu'ils portent sur eux... Ils expérimentent qu'une meilleure image d'eux participe à plus de tranquillité en soi et de paix avec les autres...

Tous découvrent à travers ces jeux coopératifs, que le jugement de soi et de l'autre, la comparaison et la compétition perdent peu à peu de leur importance pour laisser place au partage, à la joie d'être ensemble et à la bienveillance ...

Pour commencer une séance, je choisis d’emmener les participants vers le calme intérieur en proposant un moment pour se recentrer sur ses émotions, ses besoins... par un moment en silence, la lecture d’un conte pour réfléchir, l’expression de sa « météo intérieure » (voir carte) ...

Chacun peut ensuite exprimer ses besoins pour rendre agréable ce moment à passer tous ensemble. Les besoins que j'entends le plus souvent sont : celui de s'exprimer, de calme, de bouger, de rire...

Nous pouvons alors favoriser la bienveillance en rappelant des règles de respect de soi et des autres par exemple « être un bon parent pour les autres comme pour soi » : « faire plutôt aux autres ce que nous aimerions qu'ils nous fassent, comment leur rendre la vie plus belle... ».

J'invite à poser ce qui est possible plutôt que ce qui est interdit (le cerveau ne tenant pas compte des injonctions négatives : essayez de ne pas penser à un éléphant rose!)

Puis à la fin, est proposé un moment de partage où l'un après l'autre chacun exprime ses ressentis en disant "je" et sans que les autres n'interviennent pendant un temps donné (une ou deux minutes).

Cette mallette m'en apprend un peu plus chaque fois sur moi et les autres en favorisant l'exploration de valeurs telles que le respect, la bienveillance, l'estime de soi et de l'autre... pour aller vers plus de coopération et de mieux être ensemble...

C'est avec plaisir que je me rends compte de la chance qui nous est accessible de pouvoir évoluer et grandir ainsi que le monde qui nous entoure, simplement en changeant le regard que nous portons sur nous et sur les autres...



« Soyons le changement que nous voulons voir dans le monde » Gandhi

Stéphanie Truchot
mallettedepaixdagogie.over-blog.com

Témoignage 3

Favoriser un climat serein dans un groupe: proposer et ritualiser des temps de centrage.

Pour préparer ce thème, je me suis basée sur des ateliers de théâtre-forum que j'ai mené dans une classe de CM1/CM2, à raison d'une fois par semaine.

L'objectif principal du projet était de fortifier les outils de gestion de conflits à disposition des enfants. Nous intervenions en fin de semaine et juste après la cantine. Certains enfants pouvaient arriver sereins et disponibles, d'autres fatigués et tristes, voire énervés et contrariés, ou bien encore contents et curieux... sûrement autant d'états que d'enfants à chaque fois. Et les animatrices dans tout ça ? Nous arrivions, nous aussi, certaines fois disponibles et enthousiastes et d'autres fois soucieuses ou fatiguées.

Comment réussir à mettre de côté ce qui nous agite, nos pensées agréables ou désagréables, et/ou à différer la résolution de nos soucis, avant de commencer à travailler ? Comment mettre chacun en route vers un objectif commun ?

Il me semble que proposer des rituels de centrage, en début et fin d'atelier ou lorsque l'attention se disperse, crée de la disponibilité pour ce que nous avons à partager pendant 1h30.

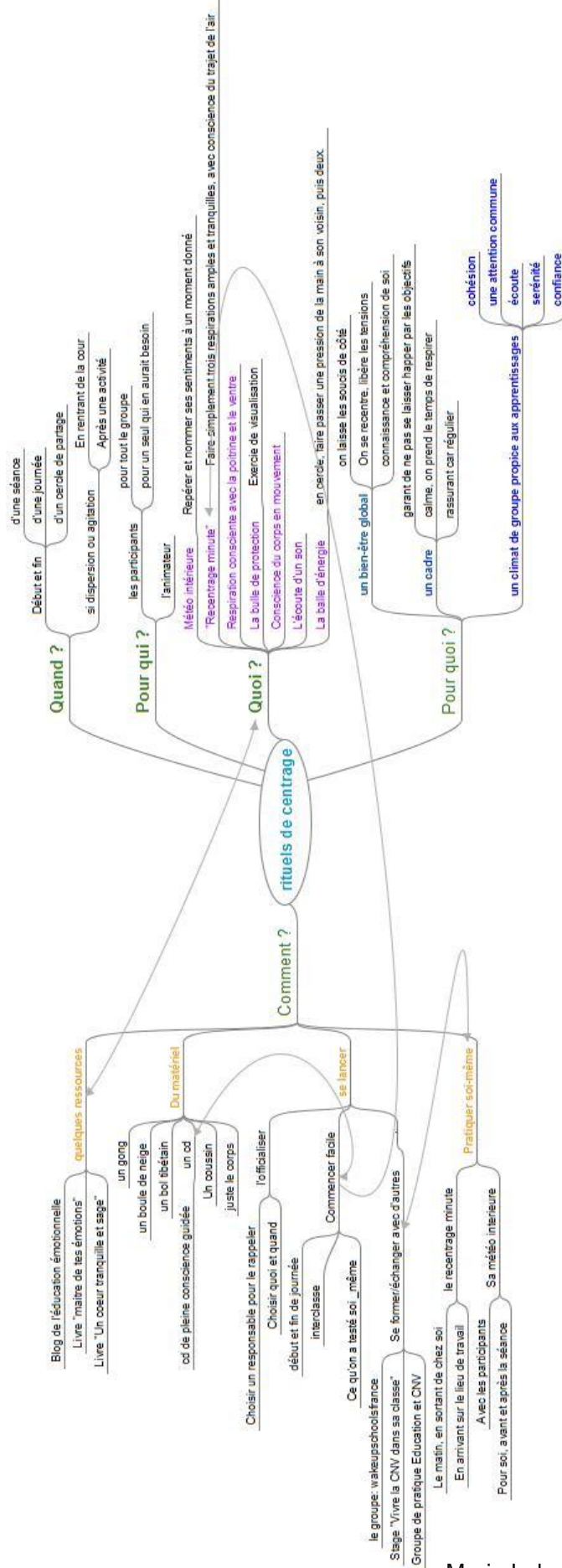
Quand je parle de « centrage », j'évoque des exercices simples, venant de la sophrologie, du théâtre ou de la pleine conscience, piochées au fil des rencontres et des lectures (dont certaines indiquées sur la carte mentale ci dessus) : respirer ensemble trois fois, faire passer une balle d'énergie, vivre des moments de relaxation, faire sonner et écouter un gong, faire ressentir les ressentis du moment au groupe, etc.

La première fois que je propose un temps de centrage à un nouveau groupe, cela peut surprendre et questionner. Des enfants rient, d'autres bougent, s'agitent, refusent... la capacité d'attention et l'écoute de soi, ça s'apprend. Je l'explique aux enfants, avec mes propres mots. Je les ritualise, en les proposant systématiquement, et je les associe certaines fois à des partages d'expériences : les enfants qui le souhaitent peuvent alors mettre des mots sur leurs ressentis.

Pour chacun, à son rythme, et pour le groupe, pas à pas, ces rituels d'écoute de soi et du groupe prennent sens : ils dessinent un cadre de travail où la lenteur et le calme ont eu toute leur place et où chacun apprend à se connaître intérieurement et à découvrir les autres.

Ce cadre vaut pour moi, adulte éducateur, qui peut être aspirée par le contenu de ma séance, par mes objectifs et tentée de les supprimer. Dans ces moments là, je suis "obligée" de les tenir car les enfants ne manquent pas de me les rappeler.

Etre ensemble avant de faire ensemble à tout prix : ces espaces de respiration sont des vrais soutiens pour proposer une pédagogie bientraitante et vivre un métier plus sereinement.



Marie Lebrun-Benard

Enseignante et comédienne

à l'Accordée-Caravane du vivre ensemble



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

Relation avec les autres - Estime de soi

Fiche pédagogique 2

J'ai mis en place dans ma classe des rituels dès la rentrée, en septembre 2014, en appui sur des supports CNV (Communication Non Violente) et OCCE. Voici mon projet monté en appui sur les compétences 1 et 6 du socle commun :

Objectifs : Permettre aux élèves de

- prendre la parole au sein du groupe - avoir sa place dans le groupe - utiliser son droit à la parole ou celui de se taire - écouter avec bienveillance - utiliser un vocabulaire précis pour nommer son vécu personnel, ses sensations, ses sentiments et ses besoins - accepter les autres, chacun avec ses différences	- se sentir en confiance avec le groupe et la maîtresse (pour être serein, pouvoir faire ses demandes sans crainte d'être jugé-e) - reconnaître ses acquis, pouvoir les « intégrer », prendre confiance en soi - coopérer (être acteur de sa vie de classe, aider les autres, rechercher ensemble des solutions)
---	--

Temps de rituels en classe :

- chaque matin en début de matinée
- en fin de journée
- lors d'un changement de rythme (trimestre, fête, anniversaire, nouvelle activité, accueil d'un nouveau ...)
- au début de la séance de sport au gymnase

Temps de médiation :

- régulièrement dans la cour de récréation
- quand c'est nécessaire en classe, en sorties ...

Descriptif des Activités de ces temps de rituels :

En classe (ou dans la salle polyvalente)

► en début de matinée

- centrage : pour vivre le moment présent

prendre conscience de toutes les parties de son corps : activités et mouvements variés, yeux ouverts ou fermés, étirements (postures de yoga : faire l'ours, l'aigle, la montagne, la pendule ...), petit massage du visage et du crâne, puis : yeux fermés « je regarde comment je me sens, je vois comment je suis à l'intérieur de moi »

- météo intérieure

■ nommer ses sensations, ses émotions, ses sentiments

Cela consiste à expliciter comment je me sens, ici et maintenant.

- en donnant le mot de cette sensation : « je me sens joyeux, en colère, plein d'énergie, triste, impatient ... - en donnant le nom d'une couleur qui pour moi représente mon état intérieur - en donnant le nom d'un animal qui pour moi représente mon état intérieur - en plaçant sur une ligne qui s'étend de : . plein d'énergie à complètement épuisé . en pleine forme, j'ai du soleil dans la tête, il fait beau et chaud, le ciel est bleu, à, je ne me sens pas bien du tout, le ciel est gris, c'est la tempête, il pleut	- en choisissant un papier de couleur : 3 couleurs ont été retenues par le groupe : . orange : pour dire que ça ne va pas, je me sens fatigué, triste, en colère blanc : pour dire que je suis tranquille . bleu : pour dire que je me sens en forme, joyeux, content, plein d'énergie - en prenant une posture avec tout mon corps de face, de dos - en adoptant une expression du visage - en faisant avec un seul doigt un geste expressif - en dansant, en se déplaçant - en se positionnant à côté d'un smiley qui représente mon sentiment - en se positionnant à côté d'un visage enfantin qui représente mon sentiment - en se référant aux chats du « comment chat va ? »
---	--

Je propose, ou non, aux enfants qui le souhaitent, de nommer leur(s) sentiment(s), dire pourquoi ils se sentent ainsi, qu'est-ce qui a déclenché ce vécu (pour faire la différence entre stimulus et cause)

■ nommer ses besoins satisfaits ou non

« Maintenant que j'ai identifié comment je me sens, je cherche à quel besoin cela correspond ». Les premières fois, les enfants vont se placer à côté de la fiche qui représente leur besoin. Pour certaines séances, les enfants nomment leur besoin.

Besoins proposés :

Boire, manger repos sécurité jouer paix	comprendre pourquoi tendresse confiance être accepté	équité et justice être libre de choisir regard empathique être aidé, soutenu respect	apprécier et fêter se débrouiller seul contribuer bouger tranquillité	imaginer et créer être aimé prendre soin de soi, prendre soin de l'autre
---	---	--	---	--



- **jeux coopératifs :**

- en début d'année : jeux pour se présenter pour créer du lien dans le groupe et le groupe avec moi
- ensuite : jeux pour s'exprimer, s'écouter, prendre sa place, ou expérimenter « j'ai des qualités », « je vis la confiance » ou « je vis la coopération ».

- **cercle de parole :** coopérer, être acteur dans sa vie de classe et aider les autres :

Assis en cercle, en respectant les règles du cercle de parole, chacun s'exprime, ou non, sur le thème proposé :

+ parler de soi : laisser derrière soi ses peines et les difficultés de la maison, évoquer ce qui nous a donné de la joie pour se donner de l'énergie afin d'être mieux disposé face aux apprentissages

+ définir ensemble nos besoins pour être heureux en classe et bien travailler : identifier les actions possibles pour que ces besoins soient satisfaits. Ceci permet de rédiger « les accords de groupe ».

+ chercher ensemble des solutions à des problèmes vécus dans le groupe (par exemple : « Comment gérer le niveau sonore de la classe ? »)

Règles du cercle de parole :

. je suis libre de parler ou de ne pas m'exprimer	. j'essaie de comprendre sans juger ni critiquer ni me moquer
. je parle de moi et pas des autres	. Ce que chacun confie ici reste dans le groupe (confidentialité)
. j'écoute sans interrompre celui qui parle	
. j'accepte l'autre comme il est, avec bienveillance	

► **en fin de journée**

Temps de parole

- en fin de journée : pour verbaliser quelque chose de la journée : une réussite (pour sentir comme on se sent fier de soi), quelque chose que l'on n'a pas compris, quelque chose que l'on pas aimé

- en fin de semaine, en fin de période : pour faire un point, verbaliser une chose apprise, quelque chose que l'on ne savait pas faire et que l'on arrive maintenant à faire. Ou parler de quelque chose qu'on n'a pas aimé ou qui dérange.

Temps de médiation :

Dans la cour de récréation

■ Je joue le rôle de médiateur en présence des enfants concernés par un conflit.

Je fais émerger, verbaliser : les faits, les ressentis, les besoins, la solution, ou les solutions pour apaiser tous les enfants concernés par le conflit.

Je fais répéter les enfants pour m'assurer que les choses dites ont bien été entendues :

« Peux-tu redire ce que tu as entendu ? » « Peux-tu me dire ce que tu as compris, de ce que tu viens d'entendre ? »

Transmettre ce savoir-faire de médiation pour aller vers l'autonomie.

■ Depuis quelques temps, j'accompagne l'enfant qui vient se plaindre vers moi. Je lui demande de me dire les faits, comment il s'est senti, ce dont il a besoin, et ce qu'il voudrait demander à l'autre pour résoudre le problème. Il va ensuite seul s'adresser au camarade concerné.

Bilan : Effets observés (En vrac)

- nous avons trouvé ensemble des solutions pour résoudre des problèmes de la classe : comment faire pour sortir à l'heure en récréation ? Comment faire pour réguler le niveau sonore de la classe ? Comment faire pour aider un enfant qui à besoin d'aide pour une activité ?

- les enfants arrivent à contacter leur(s) ressenti(s) intérieur(s) chaque matin et à le nommer : un enfant ayant subi des violences importantes dans sa petite enfance a choisi plusieurs fois le besoin « de respect » comme ressenti du matin; après les événements du 7 janvier 2015, un enfant a choisi le besoin de « paix » exprimant qu'il voulait que les gens arrêtent de tuer pour rien ; un matin, un enfant a exprimé un besoin « de bouger » : il a expliqué que c'était trop dur de rester assis toute la journée sur sa chaise. A la récréation suivante nous avons cherché comment l'aider, trouvé une solution qui est en expérimentation ;un soir, un enfant ne voulait pas venir à l'APC: il ne trouvait pas les mots pour répondre à la question « pourquoi ? ». Par contre, il a répondu à cette question « De quoi aurais-tu besoin maintenant ? » « jouer » ! Après une longue journée de travail pour un élève en grande difficulté, « jouer » est un besoin criant en fin de journée ! Après l'avoir exprimé, l'enfant a accepté de se mettre au travail ; au gymnase, en salle de danse, un enfant s'est isolé. Après un moment, je lui ai demandé de venir me voir : « Que se passe-t-il ? » « Je veux ma maman ! » « Tu aurais besoin d'un câlin ? » « Oui » « Je comprends que tu aies envie de voir maman. J'entends ton besoin. Pour l'instant ce n'est pas possible. Tu vas la retrouver cet après-midi. » Après une petite pause, je l'ai invité à se remettre à danser avec nous, ce qu'il a bien voulu faire.

A savoir : Un besoin énoncé et reconnu par un tiers est un besoin déjà en partie satisfait.

Conclusion : être dans l'accueil de ce que les enfants sont avec leurs différences, grâce à ce qu'ils ont en commun en tant qu'être humain, leurs sentiments et leurs besoins,

- les aide à trouver leur place dans la confiance, à être acteurs de leurs apprentissages.

- m'aide à être avec eux plus dans le " faire avec " que dans le " faire sur ". La répression amène la rébellion. " Agir avec " amène à être plus dans le respect et donc engendre moins de violence.

Marie Renouard,
enseignante à l'école Martineau à
Auxerre



Construire la paix à petits pas : Des jeux coopératifs avec les enfants de 5 à 8 ans Après un an, quel bilan?

Témoignage 4



Lors des journées d'été 2014 de la coordination école et non-violence, nous avons conçu une séquence de jeux coopératifs que j'ai mise en pratique avec ma classe de CP/CE1.

J'avais relaté le début de notre "aventure" dans la Lettre n° 30. Nous avons poursuivi les séances jusqu'en janvier et avons terminé cette première phase en invitant les parents à venir jouer avec nous : jouer en coopérant, pas en s'opposant, jouer sans tricher, partager un bon moment... nous avons constaté que c'est dans le respect de la règle qu'on gagne « tous ensemble ».

Dans la classe de nos correspondants de CP/CE1, les élèves ont découvert eux aussi les jeux coopératifs. Nous nous sommes rencontrés deux fois. Intégrer les jeux coopératifs à nos rencontres a permis aux enfants de se mélanger sans crainte, sans esprit de compétition et avec plaisir.

J'ai souhaité étendre la pratique des jeux coopératifs à des jeux de plateaux en lien avec les apprentissages. J'ai créé les premiers.

Les suivants ont été inventés ou adaptés par les enfants puis présentés aux correspondants. Ils ont permis de tisser du lien entre nos différentes activités.



Arriverons-nous à mettre tous les pingouins en sécurité avant que l'orage arrive ?

Qu'ont apporté les jeux coopératifs à la vie quotidienne de la classe ?

Un esprit, l'esprit-pingouin. Ce terme, adopté en début d'année lors du jeu des pingouins (Lettre n°30), est resté pour désigner l'attention aux autres, l'empathie, la coopération. Un élève fait tomber un pot de crayons qui roulent aussitôt sous les bureaux... Un autre enfant se précipite en disant « On ne va pas laisser un petit pingouin ramasser tout seul tous ces crayons ! »

Grâce à cet esprit-pingouin, les enfants ont compris qu'on n'a pas besoin de l'échec des autres pour réussir. Ils ont appris à féliciter leurs camarades pour un objet présenté, une poésie bien dite, un dessin... Ils ont compris que se tromper n'est pas grave. Ils ont développé une attention aux autres qui s'est caractérisée tout au long de l'année dans le souci de laisser une salle de classe propre et rangée pour la dame qui la nettoie, dans leur capacité à repérer 32 personnes grâce auxquelles ils ont passé une bonne année, des gens que les élèves ont été capables d'identifier comme des "bienfaiteurs".

Savoir observer autour de soi et voir ce qui est bien, beau, bénéfique... Cela conduit à changer de regard, ou à l'exercer différemment. Bienveillance, positivité, confiance, responsabilité... sont des fruits de notre projet jeux coopératifs qui a contribué à l'instauration d'un climat scolaire plus bienveillant, tolérant et respectueux de chacun tel qu'il est.

J'ose croire que ces expériences vécues par les élèves continueront à porter des fruits. J'espère que ces fruits, si petits soient-ils, seront facteurs de changement.

Françoise Duyck,
Professeure des Ecoles à Rillieux La Pape (Rhône)



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

Mise en vie des projets de la Coordination pour une éducation à la paix et la non-violence

Témoignage 5



Face à l'Actualité, toutes les fêtes, évènements, ... prévus partout en France pour commémorer les 100 ans de la guerre 14/18, nous avons décidé en Commission quinzaine/forum et Comité de Rédaction de la Coordination pour une éducation à la non-violence et à la paix de

Déclarer la Paix

**2014-2018 : "Je déclare la Paix"
5 ans d'aventure.**



Car les enfants ont besoin d'entendre parler de paix, comment la construire, chaque jour, avec leurs camarades, leur famille, leurs voisins, à petits pas. Ils ont besoin d'entendre que la paix, ce n'est pas seulement l'absence de guerre, que l'idée de paix repose sur d'autres fondements.

Aussi, en 2014, nous nous sommes lancés dans une aventure de 5 années pour défendre cette idée de paix, proposer de prendre le contre-pied de la violence, mettre en avant les valeurs d'écoute, de coopération, de médiation, de gestion non-violente des conflits, de solidarité. Et ainsi permettre d'améliorer durablement le climat général de nos lieux d'accueil et d'enseignement et ainsi réduire les phénomènes de micro-violences et violences plus sévères.

Du coup, tous nos moments de l'année 2015 sont tournés vers l'empathie. Nous venons de vivre des journées d'été exceptionnelles sur ce thème. Une conférence et des ateliers avec Daniel et Catherine Favre de l'IRIS ont ouvert ce grand moment. Les participants se sont exercés à l'auto-empathie, à l'écoute empathique, ... qui est devenue naturelle et porteuse au fil des journées. Chacun-e est reparti-e plein de trésors en tête et dans son cœur...

Nous invitons tous ceux qui veulent vivre à fond cette année d'ouverture à l'empathie à lire notre Lettre électronique pour y cueillir des idées, des outils : la Lettre 33 que vous tenez dans vos mains et la 34 à venir pour aller plus loin.

A venir participer à notre forum le samedi 28 novembre à la mairie du 10ème à Paris pour une table ronde /débat avec Serge Tisseron, docteur en psychologie et psychiatre chercheur, spécialiste du jeu des 3 figures et Isabelle Peloux, directrice de l'école des Amanins. Quelques autres personnes témoigneront ensuite de ce qu'elles ont mis en place. Et, l'après-midi, vous pourrez vivre des ateliers et vous exercez directement à l'empathie...

Avec la quinzaine de la paix et de la non-violence 2014, de nombreux établissements, centres de loisirs, se sont lancés dans l'aventure. Les enfants ont pris le projet « je déclare la paix » très à cœur de choisir un vœu, l'accrocher dans l'arbre à souhaits (choisi ou fabriqué) et le réaliser. Pour certains, la réussite fut belle et heureuse, presque facile ; pour d'autres, ce fut plus difficile, voire trop parfois ; certains enfants ont été déçus de ne pouvoir réaliser leur vœu quand d'autres sont retournés vers une logique d'affrontement... Des questions pertinentes sont apparues :

Comment faire avec l'autre quand il n'est pas d'accord, reste dans ses colères ?

Comment savoir ce qu'il désire vraiment ?

Un besoin d'écoute de l'autre et de ses besoins qui nous a interpellé. Aussi, pour la 2ème étape, la quinzaine 2015, nous proposons une ouverture à cette problématique en lançant pour projet

« Je change de regard, Je m'ouvre à l'empathie »

Merci de nous confier vos ressentis, réactions, vécus, à l'issue de tous ces moments proposés.

Annie Ghiloni et Anne Férot,
membres en responsabilité au sein de la
Coordination



Le théâtre nous invite fondamentalement à l'empathie, mais de différentes manières. En tant que spectateur, nous nous projetons dans les personnages et nous ressentons, avec plus ou moins de recul, ce qui est vécu sur la scène. En tant qu'acteur, nous allons plus loin en tentant d'interpréter ce que nous comprenons de la situation ; et nous vivons les événements de manière concrète, avec moins de distance, mais toujours avec un minimum nécessaire au travail d'acteur.

Dans le théâtre-forum*, le va et vient entre les positions de spectateur et d'acteur (chacun peut être « spect'acteur ») nous permet d'aller plus loin en jouant avec la distance. En effet, l'empathie suppose de trouver un équilibre subtil entre la sympathie (relation de proximité caractérisée par l'absence de recul et conduisant à vibrer avec la même émotion que son interlocuteur) et l'indifférence (absence d'implication émotionnelle). Pour trouver plus facilement cet équilibre, un entraînement basé sur le tâtonnement expérimental (essais successifs plus ou moins fructueux permettant un apprentissage progressif) peut être particulièrement utile, et c'est justement ce que propose le théâtre-forum.

On peut donc puiser dans les activités théâtrales, et notamment celles basées sur l'interactivité comme le théâtre-forum, une diversité d'exercices ou de situations permettant le développement des capacités d'empathie.

Parmi les exercices d'entraînement théâtral, beaucoup sont basés sur la conscience et l'expression des émotions. En voici quelques uns :

- « **la chaise à émotions** » : des noms d'émotions ou de sentiments sont inscrits sur des feuilles posées sur des chaises disposées en cercle. Les participants circulent au centre du cercle, et à chaque premier signal de l'animateur, vont s'asseoir sur l'une des chaises, où ils vont tous simultanément (en pensant à des situations où ils ont pu rencontrer une telle émotion) exprimer corporellement, et éventuellement verbalement, l'émotion inscrite sur la chaise. Au 2ème signal, chacun quitte la chaise et se remet à marcher au centre du cercle, jusqu'au signal suivant,...

Lors du bilan pédagogique de l'exercice, chacun peut ensuite témoigner de la façon dont il a vécu les différentes émotions.

- « **émotion-devinette** » : une personne se met face au groupe et pense à une situation vécue ayant provoqué de l'émotion, puis elle prend corporellement l'attitude correspondante (posture, gestes, expression du visage,...). Les autres émettent alors des hypothèses sur la ou les émotions repérées, en les reliant à des indices corporels observés. A la fin, la personne valide ou non les hypothèses émises.

Une synthèse avec le groupe peut ensuite permettre de dégager quelques tendances générales concernant les liens entre émotions et signaux corporels, mais aussi le caractère ambigu et imprécis du langage non verbal.

- « **dialogue en grommelot** » : Par équipe de 2, un dialogue est improvisé en « langue imaginaire » sur un thème donné (le conflit, les retrouvailles, la séparation,...) ou à partir d'émotions choisies au départ (colère/colère, colère/joie, ...) mais qui peuvent ensuite évoluer. Dans ce mode d'expression, les mots sont inventés au fur et à mesure et n'ont aucun sens, mais le ton avec lequel ils sont dits (langage para-verbal), et l'attitude adoptée suffit pour faire comprendre les émotions ressenties, et pour élaborer un dialogue « rudimentaire ».

Un échange peut ensuite avoir lieu autour des interactions émotionnelles, pour préciser quelques repères sur la dynamique des émotions, notamment les phénomènes d'escalades dans le conflit, et les risques de « contagion émotionnelle ».

Bien d'autres exercices existent dans ce domaine, et il est possible d'en avoir un échantillonnage un peu plus large à travers la bibliographie ci-dessous.

Concernant l'entraînement théâtral :

Aux éditions Retz, par Alain HERIL et Dominique MEGRIER :

- *60 exercices d'entraînement au théâtre*
- *Entraînement théâtral pour les adolescents*
- *Entraînement à l'improvisation théâtrale*

- Aux éditions L'entretemps :
Le livre des exercices à l'usage des acteurs, par Patrick Pezin.

Concernant le théâtre-forum :

D' Augusto Boal, *Jeux pour acteurs et non-acteurs*, aux Editions La découverte :

- De Yves Guerre, *Jouer le conflit, pratiques de théâtre-forum*, aux Editions L'Harmattan
- De Guillaume Tixier, *Le théâtre-forum, apprendre à réguler les conflits*, aux éditions Chronique Sociale



Dans le travail de mise en scène, on trouve aussi différents supports permettant de concentrer l'attention sur les phénomènes émotionnels :

- « **l'interview des personnages** » : Après avoir mis en scène et joué une ou plusieurs fois une situation choisie, chacun des acteurs est successivement interviewé par le groupe. A travers des questions concernant ses sentiments et ses besoins essentiels, on peut ainsi mieux comprendre le vécu des protagonistes du conflit, et faciliter le jeu d'acteur en permettant à la personne qui joue de ressentir plus précisément ce que peut vivre son personnage. C'est aussi l'occasion pour le groupe de s'entraîner à l'écoute empathique, en recherchant les questions ou attitudes qui facilitent l'expression de l'autre, et en repérant les obstacles éventuels à l'écoute.

- « **le monologue intérieur** » : Après avoir mis en scène et joué une ou plusieurs fois une situation choisie, celle-ci est rejouée, et l'animateur l'interrompt à certains moments-clés (par exemple quand les émotions sont particulièrement fortes). A son signal, chaque acteur s'immobilise, et se met à « penser à voix haute », c'est-à-dire à faire comme si il se parlait à lui-même en disant ce qu'il ressent, ce qu'il aurait envie de faire, ... Après une phase d'exploration où tous les personnages parlent simultanément, on laisse chacun exprimer un extrait de ce monologue intérieur (1 ou 2 phrases). Puis le jeu redémarre et on effectue la même démarche à un autre moment de la scène, etc... De même que le précédent, cet exercice permet à l'acteur, de « s'approprier le rôle en se mettant plus profondément « dans la peau du personnage ». Il favorise aussi la prise de conscience et l'identification des émotions cachées qui pourront ensuite faire l'objet d'une écoute empathique dans la phase d'exploration des solutions (si il s'agit d'un atelier basé sur le théâtre-forum).

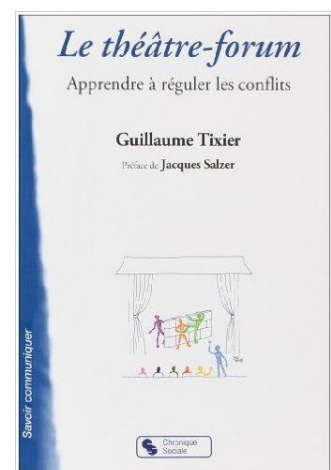
Dans le spectacle de théâtre-forum, c'est le principe même de ce théâtre qui suscite l'éveil de l'empathie, puisque nous sommes invités à prendre la place du personnage. Cependant, dans une telle situation, le risque est précisément que nous prenions complètement sa place, c'est à dire que nous nous identifions totalement et que le recul disparaisse. Nous glissons alors dans la sympathie ou le débordement émotionnel. C'est pourquoi, afin de faciliter un minimum de recul, certains rituels sont nécessaires et doivent parfois être soulignés par l'animateur :

- matérialiser la limite entre la scène et la salle (« la vraie vie »)
- rappeler le nom du personnage et celui de la personne, et le passage temporaire de l'un à l'autre,
- transmettre au spectateur un objet caractérisant le personnage (chapeau, veste,...) pour matérialiser symboliquement ce passage.

En complément de ces rituels, l'animateur de la séance peut aussi, après chaque intervention, interroger l'intervenant et les autres protagonistes sur ce qu'ils ont ressentis pendant l'intervention, ce qui permet d'évaluer de manière assez explicite l'impact de l'intervention, et de faciliter le recul empathique.

Guillaume Tixier
Formateur à l'IFMAN-Méditerranée

* Le théâtre-forum consiste à jouer une situation-problème, une première fois pour en prendre connaissance, puis à la rejouer ensuite pour en explorer des pistes de solutions. Pour cela, les spectateurs peuvent chacun à leur tour prendre la place d'un des protagonistes, et expérimentement concrètement une nouvelle attitude ou stratégies pouvant apaiser le conflit en cours...



Guillaume Tixier aux éditions Chronique Sociale *Le théâtre-forum, apprendre à réguler les conflits*



Comprendre pour ne pas répéter

Témoignage 6

Suite aux réactions des uns et des autres autour d'une fête de fin d'année dans une école en juin 2015 à Prunelli-di-Fium'Orbu en Haute-Corse (pour cause de menaces racistes présumées proférées à l'encontre des institutrices, et à l'encontre des enfants qui devaient chanter « Imagine » de John Lennon en 5 langues : français, corse, anglais, espagnol, arabe. Des inscriptions « Arabi Fora » et « Lingua corsa » avaient été tracées au sol devant l'école. L'affaire qui a déclenché l'ouverture de 2 informations judiciaires à Bastia, a servi de prétexte à une envolée de propos racistes anti-corses dans les médias, suivis de répliques sur les réseaux sociaux), j'ai réagi pour faire cesser polémiques et réactions de peur en tous genres:

« La fête n'est pas annulée. Ne laissons pas annuler le bonheur d'être ensemble. Nous ne souhaitons pas la fête sans les autres, ou contre les autres, y compris contre cette main qui a écrit sa peur en lettres rouges. Si l'on ne comprend pas son histoire, on est condamné à la répéter. Après 250 ans dans le couloir du mépris, on peut effectivement comprendre que la Corse se sente moins forte, menacée dans son être, sa culture, sa manière d'entendre la vie, mais la menace vient-elle de nos frères musulmans, leur langue, leur culture ?... Et si la menace était la peur, la monoculture que l'on veut partout imposer dans le monde, une menace de dimension planétaire ? la tentation serait de dire : j'ai été blessé dans ma langue, je te blesse dans la tienne. Ma langue est moribonde, je ne me sens plus assez fort pour partager la tienne, pour accepter la tienne, pour lui donner une place. Je ne trouve plus ma place ici, donc tu n'auras pas la tienne. Moi, je ne suis plus chez moi, j'ai peur, j'ai mal. Donc je fais peur, je fais mal.



La paix, c'est transformer la colère, c'est comprendre les problèmes, c'est transformer les acteurs, c'est imaginer des solutions aux problèmes, aux questions du vivre ensemble, cela dépasse les murs de l'école.

La paix, c'est comment apprendre à ouvrir les bras à qui ne sait plus, à qui ne peut plus. La paix c'est l'offrir aux autres. C'est savoir dire, sans exclure : tu te trompes, ti sbagli fratellu. Il n'y a pas de « x » dans l'alphabet de la langue corse. C'est à toi fratellu « x » que je m'adresse. Cum'è mè, quantu è mè, si nutritu di l'anima di issa terra. Comme moi tu es nourri de l'âme de cette terre.

Qu'est-ce qui me sépare de toi ? Moi je souhaite la polyphonie des langues parce que je défends la Corse, sa langue, parce que je la vis, parce qu'elle me manque, parce que j'ai besoin de la chanter et de la partager. « A nostra lingua more, ma ùn pienghjimu micca ».

Notre langue meurt, mais nous ne pleurons pas. Ce qui me sépare de toi, ce qui t'enferme, ce qui t'emprisonne, c'est cette tentation de faire mal là où tu as mal, de refuser à l'autre aujourd'hui ce que l'on t'a refusé hier, de menacer là où tu te sens menacé, d'exclure là où tu te sens exclu, d'annuler la fête parce que quelques mots d'arabe trouble ta peine, ton désordre public. Noi corsi a cunniscimu troppu issa miseria, inghjuliati in la nostra lingua, humiliés dans notre langue. Ne choisis pas une langue contre une autre. Ne te sers pas de notre blessure pour blesser. N'interdis pas ce que l'on a voulu nous interdire. Ne blesse pas celui qui loin de sa terre est blessé autant que nous. N'emprunte pas les gestes de celui qui a voulu t'interdire un jour.



Désire autre chose, invente autre chose, une autre issue, la seule issue pour la Corse : faire le contraire de ce qui lui a été infligé. D'autres sur les réseaux et dans la presse se sont rués sur ta faiblesse, cette expression malheureuse d'un mal vivre ensemble.

D'autres ne voient là que spectacle, aubaine pour les préjugés, confirmation des clichés, là où il y a souffrance. Salam aleykoun : « la paix de Dieu soit avec toi ». Non, il n'y a jamais assez de manières de dire à l'autre, « que la paix soit avec toi, chi Diu ti guardi ». Ch'ella ingrandi a so brama d'esse di i nostri, a nostra brama di campà in seme.

Ici à Prunelli, des enseignantes ont pris soin de ce bouquet multicolore qui fait le monde, qui n'exclut rien de ce que nous sommes, mais nous augmente, nous enrichit, corses et umani. Elles ont du mérite, les maîtresses d'école qui font résonner dans la voix des enfants, la fraternité des langues et la richesse du monde. T'aspettemu pè a festa fratellu. A festa un sarà bella ch'è s'è no simu in seme. La fête ne sera belle que si nous sommes ensemble. Oui nous avons besoin de toi. Oui nous avons besoin de tous, pour dire « Paura fora - peur dehors » In tantu, dammi nova di i nostri zitelli. Au fait, après tout cela, nos enfants vont-ils bien ? Il paraît que quand nos enfants ne vont pas bien, nous n'allons pas bien. »

Jean-François Bernardini,
chanteur de I Muvrini
responsable de l'association non-violente de Corse AFC UMANI



Changer de regard

Témoignage 7

Comme tout le monde, je me suis créé dès l'enfance des stéréotypes basés sur ma culture, mon éducation et mon entourage pour mieux communiquer avec mes pairs, m'intégrer à un groupe. Des différences m'interpellaient déjà : d'une famille recomposée, mon modèle familial paraissait étrange à mes camarades issus de famille nucléaire (un papa, une maman, des enfants issus de ces deux parents). Sans cette expérience, j'aurais pu ne jamais m'apercevoir que chacun baignait dans sa propre réalité et me créer mes stéréotypes sans conscience de mes observations, mon expérience personnelle, mon éducation et ce que véhiculent les médias. J'ai découvert que, lorsque l'on regarde la télévision, on assimile sans s'en rendre compte les préjugés qu'elle véhicule¹. Comme la plupart des jeunes, j'avais assimilé qu'un arabe était un voleur jusqu'à ce que je rencontre des personnes d'origine arabe sans le savoir. En les côtoyant, j'ai découvert leur vie, leur culture et, du coup, fini par me demander d'où me venait cette croyance irrationnelle si éloignée de la réalité. Au fil de mes expériences, je me suis rendu compte que c'était vrai pour beaucoup de représentations. Et j'ai commencé à aller plus vers les autres pour les découvrir au-delà des jugements qui n'appartenaient qu'aux autres de par leurs expériences, leurs peurs, leurs croyances irrationnelles (préjugés).

Préjugés et stéréotypes ont été pour moi la même chose pendant très longtemps... jusqu'à ce que je m'intéresse aux sciences sociales et découvre que les scientifiques ne sont pas toujours d'accord sur leur définition. J'ai suivi des formations, notamment celle de « Démocratie et Courage »² qui m'a permis de les différencier ainsi :

- un stéréotype est un moyen de communication épuré de tout jugement, il ne décrit qu'une généralité.
- un préjugé est un jugement préconçu, sans connaître une personne, une culture, une ethnie...

La formation « Démocratie et Courage » est une réflexion sur ce que sont les préjugés et les stéréotypes avec toute une méthode d'intervention, des outils, une expérimentation en petit groupe. Elle m'a permis de me mettre au clair avec ces deux notions souvent floues de stéréotype et de préjugé, d'apprendre à savoir les repérer et pouvoir l'expliquer à des enfants comme à des adultes. Certains préjugés sont simples à repérer ; pour d'autres, c'est plus difficile parce que plus ancrés dans nos sociétés ou positifs (la bêtise des blondes, le talent en informatique des asiatiques, le sens du rythme des noirs, les talents culinaires anglais...).

J'ai utilisé ces outils en tant qu'animateur, adaptés à l'âge et au rythme de chaque groupe. Je me suis souvent retrouvé face à des jeunes qui comprenaient et s'approprièrent ces notions. Le plus souvent, les adolescents proposaient des exemples à décortiquer, le plus souvent

des idées reçues, populaires. Généralement, ils commençaient par écouter puis participaient au débat qui devenait alors vite passionnant. Une fois, un enfant s'est étonné à haute voix qu'il ne fallait pas juger les gens avant de les connaître : quelques-uns ont ri de cette remarque, d'autres sont restés beaucoup plus silencieux (gênés ? pensant la même chose ?). Lorsque nous avons eu l'occasion de retourner dans les lycées ou collèges où nous étions intervenus, certains étudiants sont venus nous remercier. Il nous est arrivé aussi de tomber quelquefois sur des personnes à la pensée dogmatique, refusant toute autre pensée que la leur : cependant, à chaque fois, le groupe est intervenu pour les interpeler.

La connaissance de ces notions m'a permis d'aborder mon travail d'animateur et d'éducateur différemment. Au fil de mes observations dans les différents groupes, j'ai réalisé que l'application des préjugés venait d'une carence du vivre ensemble et d'une méconnaissance de l'autre. J'ai alors axé mes activités sur la découverte de l'autre et le vivre ensemble. Les groupes s'en sont retrouvés renforcés et dans un mieux-être, une certaine sécurité affective si je puis me permettre.

C'est lors de mon stage de deuxième année d'éducateur spécialisé à la LICRA³ que j'ai finalement compris toute la portée de ce que j'avais appris : La LICRA intervient dans les collèges, généralement en classe de 5 en partenariat avec les professeurs d'éducation civique. J'ai pu y constater que, pour beaucoup, le vivre ensemble n'est pas « chose aisée », que les interventions de la LICRA et de toutes les associations œuvrant sur le vivre ensemble aidait mais ne touchait qu'une minorité d'élèves (environ 120 000 élèves sensibilisés par an ; 12 747 800 cependant en 2014 ; même constat avec les adultes)... les préjugés et stéréotypes se sont « étalés » fortement lors de mes interventions avec les groupes notamment en janvier, au sujet de Charlie Hebdo ; j'ai entendu des commentaires qui m'ont choqué : « Les terroristes ont eu raison », « Je serai le prochain Koulibali »... Après plusieurs interventions, nous avons toutefois compris que nous présentions cette actualité de façon duelle : soit du côté de Charlie Hebdo, soit du côté des terroristes ; car quelques jeunes musulmans en désaccord avec les caricatures du journal ont affirmé qu'ils ne pouvaient être que du côté des terroristes... Preuve que parfois les préjugés peuvent faire dire aux gens des choses qu'ils ne pensent pas ! Il aurait été efficace pour ces jeunes de suivre les ateliers de Démocratie et Courage car c'est, selon moi, un moyen simple et efficace de définir ces deux termes en passant par l'expérimentation. Aussi, je vous le propose avec la fiche pédagogique ci-après.

Boris Bouard,
animateur, étudiant Educateur Spécialisé



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

¹ Immigration et délinquance - La fabrique à préjugés, émission infrarouge sur France 2 du 26 novembre 2014 : <https://vimeo.com/112960157>

² <http://www.democratie-courage.org/>

³ Ligue Internationale contre le Racisme et l'Antisémitisme

Du stéréotype au préjugé.

Fiche pédagogique 4

Objectif : faire comprendre aux enfants les notions de stéréotype et de préjugé pour lutter contre les discriminations

Moyen pédagogique : organiser un pictonary

jeu « excuse » pour que chaque dessin soit simplifié au maximum et fasse émerger les stéréotypes.

De plus, ainsi, le fait de savoir dessiner ou pas ne rentre pas en ligne de compte.

Age des participants : à partir du collège (de préférence des groupes homogènes en maturité)

Organisation : Répartir les participants en petites équipes de 5 à 8 joueurs, chaque joueur doit dessiner au moins une fois

But du jeu : Dans chaque équipe, le dessinateur (qui reçoit la consigne en aparté de l'animateur) doit faire deviner le mot donné le plus vite possible au reste de son équipe.

Descriptif de la séance :

1. Commencez par leur faire dessiner des notions simples tel que :

- Maison - Nuage – Fleur - Voiture

Puis passez à des mots plus conceptuels comme :

- Amour - Amitié - Famille

Ensuite proposez des mots où les représentations sont plus fortes car liées à :

- des nationalités (français, mexicain, anglais, allemand...)

- des ethnies (noirs, arabes, blanc, asiatique...)

- des orientations sexuelles (pour les ados seulement)

Après chaque mot, il est important d'afficher chaque dessin dans un endroit visible de tous.

2. Une fois le jeu fini, donnez à chaque équipe une feuille, des crayons de couleur et demandez-leur de se mettre d'accord et de dessiner ensemble une fée pendant environ 5 mn.

Mettez ces fées de côté pour tout à l'heure

3. Invitez les participants à observer tous les dessins de la partie 1 : Quelles sont les différences et les similitudes entre les dessins ? Qu'est-ce qu'ils nous apprennent ? Comment les personnes ont pu deviner aussi vite ? etc.

Le but est d'arriver à une définition du stéréotype :

Le stéréotype est :

- une simplification du réel
- un moyen de communication
- s'appuie sur une caractéristique symbolique
- Traduit une image compliquée en une image simple

4. Une fois tous ces items trouvés, visionnez un petit clip vidéo « Pimprenelle »¹ pour glisser maintenant vers le préjugé : à la fin du clip, affichez les dessins de fée, puis demandez la réaction qu'ils auraient eue s'ils avaient été à la place de la maman d'Eléonor.

Consigne pour l'animateur :

Il n'y a pas de mauvaise ou de bonne réponse. Vous pouvez vous référer au dessin des fées pour appuyer sur le décalage entre la représentation de la fée et le physique de Soraya.

5. Le clip est alors visionné à nouveau avec la consigne de bien observer les réactions de tous les acteurs et en essayant de se mettre à la place de chaque protagoniste : Soraya, la maman d'Eléonor, l'employé de maison, Eléonor et ses invités. Il est alors possible d'aborder la notion de préjugé (qui s'appuie sur le stéréotype).

Un préjugé, c'est :

- une opinion toute faite
- un jugement de valeur
- un jugement sans connaître la personne
- qui s'appuie sur une appartenance réelle ou supposée

6. Finir en invitant les participants à s'attarder sur ce que fait la maman pour introduire la notion de discrimination qui est le passage à l'acte en appui sur le préjugé.

Consigne pour l'animateur : Rappeler que c'est interdit par la Loi (citer les textes) et que ce jugement fait souffrir la personnes qui le reçoit

Boris Bouard,
animateur, étudiant Educateur Spécialisé



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

¹ http://www.dailymotion.com/video/xiwwkrl_pimprenelle_shortfilms

De l'intolérance historique des systèmes informatiques à l'ouverture actuelle des consciences

Témoignage 8

Episode 1

Dans les premiers temps de l'informatique grand public, les ordinateurs avaient peu de tolérance aux erreurs : ils « plantaient » ou « bug-gaient » assez facilement lorsqu'un conflit apparaissait entre plusieurs procédures exécutées en même temps, ou lorsqu'on branchait des périphériques non « compatibles » avec le système principal. En revanche, lorsqu'une solution fiable était trouvée et que rien ne venait perturber les process, cela fonctionnait bien.

Du côté des humains, c'était exactement le contraire. Leur capacité à continuer à fonctionner (se lever, se préparer, se déplacer, travailler, rentrer chez soi, avoir des activités personnelles...) comme si tout allait bien était stupéfiante alors que pour certains d'entre eux, tout allait de travers dans leur processus de relations aux autres. Ils étaient ainsi capables de supporter les pires situations de dysfonctionnement personnelles ou collectives (vexations, injustices, intolérance, méchanceté, désastres humains et écologiques, guerres ouvertes ou larvées) avec une résignation incroyable, cela fut-il au mépris et au prix de leur propre santé physique (stress, arrêt de travail) ou mentale (burn-out, dépression).

Depuis, les ordinateurs ont bien progressé : systèmes intégratifs, fluides et évolutifs, collaboration inter-plateformes, compatibilité, capacités d'anticipation des risques, résistances aux virus, auto-apprentissage, augmentation des mémoires et des capacités de traitement et d'interaction, connectivité, auto-adaptation, prévention et réparation des pannes et dysfonctionnements, persistance...

Alors que l'être humain... en est toujours au même point, avec ses mêmes limitations.

Ne serait-il pas plus intéressant, plus immédiatement accessible et moins coûteux, de faire bénéficier l'humain en quête de sa propre amélioration relationnelle envers lui-même et les autres, de ce que les technologies modernes peuvent déjà lui apporter, en terme de ressources en formations, de capacités d'échanges et de communication bienveillante ?

Ce qui n'est étonnamment pas ou peu le cas actuellement.

Pourtant, certains pays travaillent depuis plusieurs années dans des champs thématiques trop peu présents ou même absents en France, comme « la science du bonheur » (University College de Londres, Harvard Medical School de l'université de Californie à San Diego, l'université de Berkeley aux Etats-Unis, l'université de Zurich en Suisse, l'université de Copenhague au Danemark...).

Un autre champ de recherche, à la fois rationnel et innovant, a été approuvé récemment au Brésil par le CTI (Centro de Tecnologia da Informação, centre de recherche scientifique, équivalent du CNRS français). Ce dernier a accepté de subventionner un programme de recherche avec la France, programme que j'ai initié avec des collègues brésiliens sur le thème suivant : « Tecnologias semânticas aplicadas a gestão e recuperação de mídias para educação voltada a cultura de paz e cooperação » (« Technologies sémantiques appliquées à la gestion et à la récupération des médias dédiés à la culture de paix et de coopération »). Ce chant de réflexion a fait se rencontrer, en juillet 2015, des chercheurs en sciences humaines, des ingénieurs, des praticiens, des associations, instituts et formateurs en relations humaines. Leur objectif est de créer des dispositifs informatiques pouvant servir des objectifs d'encadrement et de formation aux cultures de paix avec soi, avec les autres et avec le monde. Ainsi est né un véritable « carrefour » de compétences où se croisent des échanges de savoirs dans l'optique d'une mise en synergie et d'une démultiplication de leurs effets pour le plus grand nombre. C'est ce dont je parlerai dans le prochain numéro.



Présentation du rapport final en présence de chercheurs et praticiens autour de l'éducation à la paix au CTI Renato Archer de Campinas.

Florent Pasquier,
maître de conférences à l'université
Paris-Sorbonne



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

Porter un regard positif sur soi et sur l'autre en jouant

Témoignage 9

Voici quelques jeux que j'utilise lors des formations que je donne avec Coop'aire de jeux et qui permettent de porter un regard bienveillant sur l'autre

Présentation des ingrédients nécessaires à une animation jeu :

Le moteur d'un animation jeu est le **PLAISIR** que doivent prendre à la fois l'animateur et les joueurs. Sans plaisir, pas de jeu !

Les autres moteurs sont la **BIENVEILLANCE** et la **VALORISATION**.

Veiller à avoir **recours au verbal et au non-verbal**.

Par ailleurs, noter que le jeu doit être **GRATUIT**, c'est-à-dire sans obligation de résultat. Alain Bideau, fondateur de la maison des jeux de Saint-Fons a dit : « plus un jeu cache son côté éducatif, plus il est éducatif » !

Jeux de présentation

« **prénoms positifs** » : les participants sont assis en cercle; chacun dit son prénom et lui ajoute un adjectif (valorisant) qui commence par la même lettre.

Objectif : oser s'attribuer un qualificatif valorisant et offrir un moyen mémo-technique pour retenir les prénoms des autres personnes

Jeux « plats de résistance »

« **dominos** »

Descriptif : les participants sont assis en cercle. L'animateur explique qu'ils ne sont pas placés par hasard, mais comme des dominos. Ils ont donc un point commun avec leurs voisins. Cela peut être un élément visible (couleur d'un vêtement ...) ou un élément invisible (goût, loisirs...). L'animateur laisse quelques minutes pour que chacun trouve un point commun avec son voisin de gauche et un autre avec son voisin de droite. Quand tout le monde a fini, un volontaire commence le tour de cercle en disant : « avec (le prénom de son voisin de gauche), nous avons comme point commun ... ». Objectif : découvrir quels sont mes points communs avec d'autres

« **Pipofax** » éditions Beleduc

Descriptif : les joueurs forment un cercle et se retournent d'un quart de tour. Chaque personne va ensuite mettre l'une de ses mains sur une partie du corps de la personne qui est devant elle. Cette partie du corps est imposée par une carte. Une fois les positions atteintes, on fait passer une boule en équilibre sur un support en bois creusé. La boule et son support doivent faire le tour du cercle sans tomber. Objectifs : développer le travail d'équipe, d'équilibre et de connaissance du corps

Jeux « fromage et dessert »

« **massages** »

Descriptif : les participants sont debout, en cercle. Ils se tournent vers la droite et font un ou deux pas à gauche pour se resserrer. Ils mettent leurs mains sur les épaules de la personne qui se trouve devant eux. Chacun donne ensuite le meilleur massage d'épaules et de dos jamais reçu ! Commencer en massant doucement puis avec de plus en plus de vigueur. Après, chacun se tourne de l'autre côté pour remercier la personne qui vient de donner le massage en lui donnant à son tour le meilleur massage d'épaules et de dos jamais reçu !

Objectifs : développer la confiance en soi et en l'autre, apprendre à respecter le bien-être de chacun et apprivoiser le contact physique avec ses pairs

« **crayon coopératif** »

Descriptif : Etre jusqu'à 10 personnes pour tenir un stylo pour écrire ou dessiner ensemble. Les participants sont invités à décider ensemble de ce qu'ils veulent « tracer », s'organiser ensemble pour le réaliser : traits droits, ondulés, , lettres, formes, dessin complet, ... Objectifs : développer l'écoute, apprendre à respecter les idées de chacun, développer sa capacité à coopérer



Pour en savoir plus : www.coopairedejeux.fr

Maryline Wolf-Roy,
animatrice et formatrice de Coop'aire de jeu



La Coop'aire de jeux est une ludothèque associative qui propose des animations jeux dans différents cadres d'accueil (publics ou privés, intérieur ou plein air ...) à un public large composé d'enfants comme d'adultes. Elle propose également du prêt de jeux et de livres aux structures comme aux particuliers, pour une durée déterminée.

La Coop'aire de jeux dispose d'environ 320 jeux d'auteurs et jeux fabriqués, auxquels s'ajoute une vingtaine de livres. Cette ludothèque se spécialise dans le jeu coopératif où tous les joueurs gagnent ou perdent ensemble. Les actions des joueurs sont menées conjointement pour atteindre un objectif commun. Elle est implantée dans le Diois (Drôme).



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

Face à un inconnu

Fiche pédagogique 5



Objectif : Permettre de comprendre notre approche de l'autre, de connaître notre degré de tolérance, notre capacité empathique

Moyen pédagogique : la lecture et l'atelier de parole

Age : à partir de 9 ans

But : développer notre capacité à nous décentrer de soi pour comprendre l'autre puis à comprendre ce qu'il se passe en nous face à un inconnu rencontré

Déroulement : en 2 étapes

1. Jeu-devinette en appui sur un texte de science-fiction : un être, Xisel, atterrit sur une planète et découvre ses habitants



Xisel recula, épouvanté. La créature était grotesque. Toute petite, elle ne devait pas mesurer le tiers de sa taille. Elle se tenait à la verticale, sur deux membres articulés qui lui servaient à se déplacer. Deux autres membres, comme des bâtons, saillaient de ses flancs et s'achevaient par cinq petites baguettes à chaque extrémité. Ces « baguettes » pouvaient se plier afin de saisir des objets, comme la sacoche que la créature tenait actuellement. Au sommet de son corps, il vit une tête percée de plusieurs orifices. L'orifice du bas remuait continuellement lorsque la créature s'adressait à lui. Xisel ne s'en étonna pas car on l'avait prévenu que ces créatures s'exprimaient en émettant des sons. Le haut de la tête constituait la partie la plus laide car il était à moitié recouvert de poils noirs. Xisel savait, pour l'avoir appris de ses instructeurs, que le reste du corps était protégé par une combinaison spatiale. Il se demanda si le reste du corps était aussi velu que la tête et eut une grimace de dégoût à l'idée de ces poils. La créature était hideuse, mais Xisel contrôla son premier mouvement de recul. Il était ici pour faire les premiers pas d'un échange fructueux avec une autre intelligence.

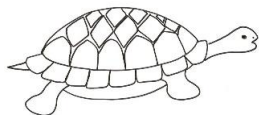


Après lecture silencieuse par chacun, lancez l'échange entre enfants :

A- Que ressent Xisel ? Pourquoi ? Le pensez-vous tolérant ou intolérant ? Dans laquelle de ses pensées peut-on percevoir une ouverture possible vers l'autre ?

B- Qui est cette créature qui est devant lui ? Sur quelle planète est-il atterri ? Qu'en pensez-vous ?

C- Réussir à dessiner ensemble Xisel (en l'imaginant grâce à sa description en comparaison à lui-même). que pensons-nous à son sujet ? que ressentons-nous ? (les différences de pensées entre les enfants sont très importantes car démontrent nos diverses réactions face à un inconnu très différent de nous). Nous sentons-nous en position d'accueil ou de rejet ? de peur ? de ?



2. Atelier de parole autour d'images d'animaux (tirer un requin, un éléphant, un aigle, une girafe, un « bon » chien, une tortue, un hérisson, un cygne) : face à un inconnu rencontré à l'école, dans le quartier, dans la rue, quelque part.

A- Chaque enfant choisit l'animal (parmi les images déposées) qui le représente le mieux dans une telle situation.

B- Chacun son tour, les enfants s'expriment sur leur choix : « j'ai choisi cet animal car, face à un inconnu, »

C- Analyser avec eux les différentes réactions (sans aucun jugement) : leur demander pourquoi nous avons peur dans cette situation ? pourquoi nos envies d'agression ? de fuite ? en raison de quoi ? Est-ce que nos réactions viennent de préjugés (qui nous font réagir en rejet avant tout contact), de « tiraillement » entre curiosité (degré, force de celle-ci) et besoin de se sentir en sécurité, protégé, nourri par nos peurs ? comment différencier les peurs réelles des peurs irrationnelles, nées de l'imaginaire ?

D- Finir par un débat philosophique sur la tolérance, comment dépasser les réticences premières pour oser s'ouvrir à l'autre, découvrir sa manière de vivre, de penser, différentes des nôtres, tout en restant soi-même.

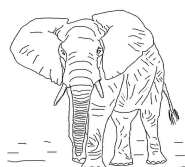
Annie Ghiloni,

retraitée professeure des écoles,

animatrice bénévole en éducation à la non-violence et à la paix



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



RESSOURCES

SITES INTERNET

- Serge Tisseron, Le jeu des Trois Figures : <http://www.sergetisseron.com/le-jeu-des-trois-figures/>
- Un texte de Serge Tisseron avec sa définition de l'empathie : <http://www.cuberevue.com/empathie-le-danger-des-mystifications/23>
- Texte lien entre les neurosciences et l'éducation bienveillante de la pédiatre Catherine Guegen : <http://www.apprentis-auteuil.org/actualites/detail-de-lactualite/article/quand-les-neurosciences-valident-leducation-bienveillante/news-cat/familles.html>
- Article commun à Favre Daniel, Joly Jacques, Reynaud Christian, Salvador Luc Laurent dans Enfance 4/2005 (Vol. 57) p. 363-382 « Empathie, contagion émotionnelle et coupure par rapport aux émotions » : www.cairn.info/revue-enfance-2005-4-page-363.htm.
- Article de Daniel Favre, enseignant chercheur en sciences de l'éducation, Université Montpellier II, paru dans le NVA n°27 : http://www.irisformations.fr/article_NVA_empathie.html
- Notre Lettre pour éduquer à la non-violence et à la paix N° 23 sur le thème de l'empathie : <http://education-nvp.org/wp/wp-content/uploads/2012/12/Lettre-23.pdf>
- Site l'association Mémoire de l'Avenir : <http://www.memoire-a-venir.org/>
- www.coopairedejeux.fr
- Article paru dans The Huffington Post de Carolyn Gregoire : http://www.huffingtonpost.fr/2013/12/12/le-bonheur-est-un-choix-preuve-scientifique_n_4430599.html
- Site UNIPAZ France : <http://www.unipazfrance.org>
- Site UNIPAZ Brésil : <http://www.unipazdf.org.br/>
- et autres sites internet en portugais : <http://alubrat.org.br>, www.eufraten.org.br, <http://www.clasi.org.br> et <http://www.cti.gov.br>

Vidéo :

- Le film « Et si nos enfants grandissaient autrement » du collectif « Ensemble redessignons l'éducation » avec Ashoka où est mis en avant ce qui se vit dans des écoles alternatives (les Amanins, Montessori, Living School,...), montrant, expliquant comment l'empathie se développe grâce à une pédagogie différente : <https://www.youtube.com/watch?v=wp1yLQC1D3M>
- Vidéo interview de Serge Tisseron réalisée en 2011 suite à la sortie de son livre « l'empathie au cœur du jeu social » : <https://www.youtube.com/watch?v=We5LhvvSgL4>

Vidéos ressources du témoignage page

- Immigration et délinquance - La fabrique à préjugés, émission infrarouge sur France 2 du 26 novembre 2014 <https://vimeo.com/112960157>
Reportage qui explique comment les préjugés influent sur notre représentation de l'immigration et peut être même sur la politique de certains partis politiques en la matière
- Chaîne youtube d'hygiène mentale (vulgarisation de la méthode scientifique pour éviter les distorsions cognitives) <https://www.youtube.com/user/fauxsceptique>
Une chaîne qui propose une méthode scientifique : la zététique, pour analyser objectivement ce qui nous entoure
- Chaîne youtube la tronche en biais, de la zététique: <https://www.youtube.com/user/TroncheEnBiais>
Une chaîne qui démonte des idées reçues avec humour et (im)pertinence



Outils pour le travail sur les émotions

- La boussole des émotions : http://fr.nvcwiki.com/images/Boussole_des_émotions.pdf
- la roue des sentiments : http://fr.nvcwiki.com/images/Roue_des_16_sentiments.pdf
- fiches visages du programme « conte sur moi » :
http://fr.nvcwiki.com/images/Sentiments_contes_sur_moi.pdf

Outils pour promouvoir l'empathie à l'école

- la boîte à outils d'Ashoka : [france.ashoka.org/sites/france.ashoka.org/files/Initier l'empathie – 04-17-2014.pdf](http://france.ashoka.org/sites/france.ashoka.org/files/Initier_l'empathie_-_04-17-2014.pdf)

BIBLIOGRAPHIE

- ARTAUD, Jean, *L'écoute. Attitudes et techniques*, Lyon, Chronique Sociale, 2003.
- BOAL, Augusto, *Jeux pour acteurs et non-acteurs*, La découverte, 2004.
- BOUUAERT, Michel Clayes, *L'éducation émotionnelle : de la maternelle au lycée*, Ed. Le souffle d'Or, 2014.
- DEZE, Ulrika, *Le yoga de Kika*. Ed. Milan, 2011.
- FAURE, J.P. et TAILLENS – GIRARDET, C. , *L'empathie, le pouvoir de l'accueil* , Ed. Jouvence, 2003
- FILIOZAT, Isabelle, *Pour apprendre à gérer ses émotions, cahier de travaux pratiques*, Ed. Marabout, 2010.
- GABRIEL, Cécile (2010) *Quelle émotion ?!*, Mila éditions.
- GAUDIN, C., ROCHAS, S. et De SMEDT, M., *Exercices d'éveil pour petits chatons*, ed. Le Relié.
- GORDON, Thomas , *Enseignants efficaces, enseigner et être soi-même*, éd. Actualisation
- Hochmann Jacques, *Une Histoire de l'empathie*, Paris, Odile Jacob, 2012.
- GUEGEN, Catherine, *Pour une enfance heureuse- Penser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau*, Ed. Robert Laffont, 2014.
- GUERRE, Yves, *Jouer le conflit, pratiques de théâtre-forum*, L'Harmattan , 2014.
- HERIL, A. et MEGRIER, Dominique, aux éditions Retz :
60 exercices d'entraînement au théâtre
Entraînement théâtral pour les adolescents
Entraînement à l'improvisation théâtrale
- PEZIN, Patrick, *Aux éditions L'entretemps : Le livre des exercices à l'usage des acteurs*, 2004.
- Non-Violence Actualité, *Favoriser l'empathie pour prévenir la violence*, n°327, mars-avril 2013.
- SNEL, Eline (2012), *Calme et attentif comme une grenouille ; la méditation pour les enfants et leurs parents*, Ed. Les arènes, 2012.
- T. BECK (2010) Aaron, *La thérapie cognitive et les troubles émotionnels*, Édition de boeck.
Un livre qui explique pourquoi et comment le cerveau en vient à penser des choses fausses
- TISSERON, Serge, *L'empathie au cœur du jeu social*, Ed. Albin Michel, 2010.
- TIXIER, Guillaume, *Le théâtre-forum, apprendre à réguler les conflits*, éditions Chronique Sociale, 2010.
- UNIVERSITE DE PAIX, *Jeux coopératifs pour bâtir la paix*. Editeur, Chronique Sociale.
- ZANNA, Omar, *Restaurer l'empathie chez les mineurs délinquants*, Paris, Dunod, 2010.



Agenda

■ 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.

Les intervenants principaux en seront:

- Serge Tisseron, psychiatre et psychanalyste, et auteur du livre *Mets-toi à ma place, l'empathie au cœur du lien social* et *Le Jeu des Trois Figures* en classe de maternelle

- Isabelle Peloux, professeur des écoles et fondatrice de l'école élémentaire du Colibri.

Le Forum comportera également des ateliers interactifs sur le thème de l'empathie, animés par des associations membres de la Coordination à l'éducation à la non-violence et à la paix.

■ du 18/08/16 au 22/08/2016 : **Journées d'été** de la Coordination à l'Arche de Saint-Anoine (Isère)

Associations membres de la Coordination

ACCES - Clairières 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 France • 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 • Comité Catholique contre la Faim et pour le Développement • Conflits sans violence • Coopération A la Paix • Coordination parisienne pour une culture de non-violence et de paix • La Corbinière des Landes • CPCV Ile-de-France • Cultivons la paix • Démocratie et Spiritualité • DIH - Mouvement de protestation civique • EEdF • EEUdF • École de la paix • École soufie internationale • Emmaüs France • Enseignants pour la paix - Midi-Pyrénées • Espéranto • 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 matraillée • La Maison de Sagesse • Le Soc - Maison Jean Goss • Le souffle France • Le Valdocco • Les Maisons de Paix • Les Amis des Serruriers Magiques • Ligue de l'Enseignement • Maison des Droits de l'Enfant • Mémoire de l'Avenir • Mouvement International de la Réconciliation • Montessori pour tous • 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 • Question de Justice • Réseau Espérance • Recherche sur le Yoga dans l'Éducation • Rénover l'École en Valorisant et en Encourageant les Initiatives Locales • Secours Catholique - Caritas • UNIPAZ France • Vivance - Centre de Sophrologie caycédienne et de non-violence.

Précédents numéros de La Lettre

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)
32. Construire la paix à petit pas (3)

LA LETTRE - OCTOBRE 2015 / N° 33

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

34. VERS LA TOLERANCE : S'OUVRIR A L'EMPATHIE