

Comment être un bâtisseur de paix

Un atelier-exemple suivant les principes et méthodes présentés dans le guide pratique pour la pédagogie de la paix et l'apprentissage global.

www.peace-learning.org

Introduction

La définition traditionnelle de la paix comme étant l'absence de guerre perd du terrain, et à juste titre ! La paix est peut-être moins un état ou un but qu'un processus et un moyen en elle-même. La plupart des gens aspirent à la paix, mais les chemins pour y parvenir sont parfois difficiles à trouver. Alors essayons, d'abord à un niveau individuel, de définir les caractéristiques et les compétences contribuant à faire de chacun un « bâtisseur de paix » dans sa vie quotidienne. En ce sens, l'idée est de réfléchir au moyens, pour chacun de nous, de promouvoir un processus pacifique à notre niveau personnel de choix et d'actions.

Cet atelier interactif invite les participants à découvrir et discuter le « facteur humain » de la paix. Il a pour but d'identifier les caractéristiques, compétences, aptitudes, capacités, attitudes et comportements utiles dans la promotion de la paix au quotidien, stipulant que tout individu peut contribuer à cette dernière par un style de vie conscient. Il vise aussi à sensibiliser à la paix comme étant un processus personnel plutôt qu'un but distant, tout en faisant prendre conscience que le développement de capacités propres à chacun, et finalement de sa propre personnalité, peut être un engagement aussi important que le lancement d'une campagne publique, et contribuer autant que cette dernière à l'établissement de la paix. Cependant, le concept de paix peut être compris de beaucoup de manières différentes, et des centaines de chemins différents peuvent aider une personne à se rapprocher de ce qu'elle définit elle-même comme étant la paix.

En ce sens, l'atelier vise à encourager les participants dans la recherche de leur définition personnelle de la paix. Il a aussi pour but de faire réfléchir aux compétences et attitudes nécessaires pour contribuer à cette forme de paix, tout en apportant des techniques permettant d'entretenir et de nourrir ces compétences continuellement.

De plus, l'atelier vise, au niveau méta, à faire prendre conscience que le développement personnel est partie intégrante de la pédagogie de la paix et y joue un rôle essentiel.

Informations pratiques

Le présent atelier est destiné à toute personne intéressée par la thématique de la paix dans ses différentes formes, et prête à considérer cette dernière non seulement comme un but idéal, mais aussi comme une pratique quotidienne (combinant réflexion et action). Il peut être effectué en groupes de 5 à 25 participants et dure entre 1h et demie et 3 heures (en fonction de la taille du groupe et du nombre d'activités que vous décidez d'entreprendre). Si les participants sont âgés de moins de 16 ans, il serait souhaitable d'adapter le contenu en conséquence.



Activité 1

définition de la paix (15 à 25 minutes)

Après avoir introduit le cadre et les objectifs de l'atelier et vous être présenté, vous pouvez faire débiter l'atelier par une réflexion interactive concernant les nombreux aspects et définitions de la paix. Les citations pacifiques (annexe A) et les citations de motivation (annexe B), jointes à des cartes postales ou images standard, sont disposées sur une table ou à même le sol. Chaque participant est invité à choisir et prendre une carte qui représente sa conception de la paix. A tour de rôle, chacun se présente brièvement (si les personnes ne se connaissent pas encore), et explique sa vision de la paix à l'aide de la citation ou de l'image qu'il a choisie. L'objectif est de découvrir un maximum de définitions personnelles de la paix.

Conseils :

- > *Subdivisez le groupe si les participants sont nombreux, sans quoi l'activité risque de prendre trop de temps et de devenir ennuyante. La taille idéale pour un groupe est de 6 à 8 personnes.*
- > *Soyez attentif aux définitions et contributions des participants et mentionnez-les dans les activités ultérieures. Plus vous utiliserez leurs mots et réflexions, plus les participants seront attentifs et s'impliqueront jusqu'à la fin de l'atelier.*

Activité bonus ou alternative : bâtisseurs de paix célèbres de l'histoire mondiale (30 à 45 minutes)

Vous pouvez inviter les participants à effectuer un brainstorming concernant les grands bâtisseurs de paix de l'histoire mondiale, comme les lauréats du prix Nobel de la paix Mahatma Gandhi, Mère Teresa, Rigoberta Menchu, Aung San Suu Kyi, Al Gore et bien d'autres. L'objectif est de souligner leurs caractéristiques et compétences spécifiques et non de se centrer sur leur biographie ou leurs réussites politiques ou sociales respectives. Il est possible de laisser aux participants le choix d'incarner le bâtisseur de paix choisi, dont les autres participants devront deviner l'identité, au moyen d'un bref mime ou jeu de rôle, ou d'en dessiner un portrait. Après la présentation, le participant concerné cite la compétence ou caractéristique spécifique du personnage qui l'inspire le plus (par exemple, l'application par Gandhi du principe de non-violence 'ahimsa' et sa patience extraordinaire).

Conseils :

- > *Cette activité peut durer très longtemps si le groupe est grand, soyez donc prudent dans votre gestion du temps.*
- > *Assurez-vous que les jeux de rôle, les dessins et les discussions qui en résultent se concentrent sur les caractéristiques et compétences, et non sur les événements politiques importants ou sur tout autre sujet similaire.*

Activité 2

qui est un bâtisseur de paix idéal ? (25 à 40 minutes)



En groupes de 4 ou 5 personnes, les participants identifient et discutent les caractéristiques et compétences d'un bâtisseur de paix « idéal ». Les différents mots-clés et idées sont écrits sur des cartes colorées (une idée par carte). Les participants peuvent être inspirés par des personnes qu'ils connaissent à titre privé, ou simplement parce qu'ils pourraient imaginer être le « parfait » bâtisseur de paix. Le terme « bâtisseur de paix » devrait être compris dans son sens le plus large : il ne s'agit pas seulement des missions de l'ONU pour établir la paix, ou de médiation entre deux parties en conflit, mais de caractéristiques qui aident à la promotion et au maintien de la paix et de l'harmonie en famille, entre amis, au sein d'une communauté ou du voisinage, et finalement avec soi-même. L'idée est 1) que la paix peut être renforcée même en l'absence de conflit apparent, et 2) que chacun peut contribuer à la paix autour de soi.

Après environ 15 minutes de brainstorming, chaque groupe présente les points identifiés, en collant les cartes sur un mur, sur un paperboard ou un tableau. Les groupes qui présentent leur travail en deuxième et en troisième position peuvent directement commencer à ordonner et grouper les différents points.

Conseils :

- > Dès le début, soyez clair concernant l'interprétation large du concept de « bâtisseur de paix ».
- > Un exemple personnel peut s'avérer d'une grande aide (« par exemple, ma grand-mère fait preuve d'une grande empathie et peut écouter autrui pendant des heures sans perdre patience »).

Activité bonus : monument pacifique (10 à 15 minutes)

Après le brainstorming, vous pourriez inviter tout le groupe à créer un monument, imaginé par les participants eux-mêmes, qui symboliserait un bâtisseur de paix. Une photo pourrait être prise durant l'activité.

Conseils :

- > Cette activité amusante peut s'avérer idéale pour créer des liens au sein du groupe.
- > La photo pourrait être envoyée aux participants en même temps que leur propre lettre (voir dernière activité bonus).



Activité 3

dix hypothèses (10 à 20 minutes)

L'animateur peut introduire brièvement, comme apport « scientifique » ou objectif, le projet « Peace counts » (www.peace-counts.org) et présenter les dix caractéristiques et compétences d'un bâtisseur de paix idéal. Ces dernières sont formulées en tant qu'hypothèses dans un article rédigé par Michael Gleich (disponible sur www.peace-learning.org). Vous pouvez préparer ces points à l'avance sur de petites cartes et les ajouter, sur le paper-board, à ceux soulevés par les participants durant le brainstorming de l'activité 2. Une discussion pourra s'ensuivre sur les similarités, les complémentarités et les différences entre les différents points.

Conseils :

- > *Etablissez directement un lien entre les dix hypothèses et les points mentionnés par les participants.*
- > *Proposez aux participants de leur envoyer l'article de Michael Gleich par courrier électronique.*

Activité bonus ou alternative : jeu de rôle du bâtisseur de paix (30 à 45 minutes)

Après avoir comparé les points soulevés durant le brainstorming aux dix hypothèses du projet Peace Counts, les participants pourraient être invités à préparer différents jeux de rôle courts, en petits groupes. La consigne serait de choisir trois compétences / caractéristiques spécifiques parmi celles qui ont été récoltées, à partir desquelles il faut créer une histoire. Le jeu de rôle est ensuite présenté aux autres groupes, qui doivent deviner les trois compétences présentées.

Conseils :

- > *La créativité est la bienvenue dans une activité de ce type : encouragez les participants à faire preuve d'imagination*
- > *En fonction du groupe (âge, connaissance du sujet, etc.), il pourrait être préférable de ne choisir qu'une seule compétence.*

Activité 4

de la théorie à la pratique (15 à 25 minutes)



Jusqu'ici, la discussion était plutôt abstraite, loin de la « réalité quotidienne » des participants. L'objectif de cette dernière partie est donc de passer d'un niveau général (qu'est-ce qu'un bâtisseur de paix idéal ?) au niveau personnel des participants (comment puis-je devenir un meilleur bâtisseur de paix ?). On peut y parvenir grâce à plusieurs questions spécifiques, qui sont à discuter en petits groupes, comprenant idéalement cinq personnes au maximum. Ces questions sont conçues pour nourrir la réflexion concernant les priorités de chacun ainsi que ses propres compétences, et la cohérence (ou divergence) qui en résulte. De plus, elles interrogent chacun sur ce qui peut être amélioré, et de quelle manière, où, avec l'aide de qui, etc. L'idée est donc que les participants apportent leur contribution au groupe en suggérant quelles actions pourraient être entreprises (lire des livres, participer à un chantier, faire du yoga ou participer à une retraite méditative, la liste des possibilités est large).

Les questions potentielles incluent

- > **Quelles compétences (2-3) considérez-vous comme les plus essentielles ?**
- > **Quelles compétences peuvent être apprises, lesquelles ne le peuvent-elles pas ?**
- > **Quelles compétences vous semblent très développées à votre niveau personnel ?**
- > **Quelles compétences vous semblent peu développées à votre niveau personnel ?**
- > **Quelle compétence souhaiteriez-vous entraîner ?**
- > **De quoi auriez-vous besoin pour mettre en pratique cette intention ?**
- > **Quelle action concrète pouvez-vous entreprendre pour entraîner la compétence choisie ?**

Conseils :

> Certaines de ces questions sont très personnelles et devraient donc être facultatives. Il pourrait être nécessaire d'adapter les questions pour certains groupes spécifiques.

> Si les participants ne répondent pas tout de suite, mettez-les à l'aise en leur proposant davantage de temps, en leur posant une question similaire mais moins personnelle, en répondant vous-même en premier, etc.

Activité bonus ou alternative : jeu de positionnement (10 à 20 minutes)

Après avoir discuté des questions plutôt personnelles concernant l'amélioration de notre propre potentiel en tant que bâtisseurs de paix, un jeu de positionnement pourrait permettre une discussion plus approfondie sur certains des aspects mentionnés. Deux affirmations contradictoires ou contraires sont affichées sur deux murs opposés et créent deux pôles qui forment un continuum. Les participants doivent se positionner physiquement dans l'espace entre les pôles en fonction de leur opinion personnelle concernant chacune des affirmations. L'animateur invite ensuite différents participants à expliquer les raisons de leur positionnement. Si une personne est convaincue par un argument spécifique, elle doit changer physiquement de position et partager sa réflexion avec les autres. Dans l'idéal, les participants poursuivent d'eux-mêmes la discussion sans intervention ni question supplémentaire de l'animateur.

Conseils :

> Vous pouvez préparer les affirmations avant l'activité, mais reprendre et adapter des points contradictoires issus de l'opinion exprimée par les participants durant le brainstorming produirait un meilleur effet pédagogique.

> Afin d'éviter qu'un participant se place au milieu, il est utile, pour certaines questions, d'ajouter qu'il faut prendre position, en choisissant quelle distance adopter par rapport au centre.

L'apprentissage et l'enseignement de la paix sont une entreprise objective basée sur la rationalité



L'apprentissage et l'enseignement de la paix sont une entreprise subjective basée sur l'intuition

Un bâtisseur de paix est neutre



Un bâtisseur de paix défend les victimes

La paix a besoin de la science



La paix a besoin de la spiritualité

Chacun est un bâtisseur de paix



Devenir un bâtisseur de paix nécessite un apprentissage

Je suis un bâtisseur de paix



Je ne suis pas un bâtisseur de paix



Activité 5

discussion finale

(15 à 20 minutes)

A la fin de l'atelier, afin de pouvoir en faire le résumé, il est très utile d'avoir une discussion ouverte avec le groupe au complet. Les sujets n'ayant été évoqués que sporadiquement peuvent être discutés plus en profondeur ; certains points importants peuvent être résumés à nouveau ; les participants peuvent communiquer leurs impressions ainsi que leur feedback et leur évaluation au modérateur, et ainsi de suite. Il est nécessaire d'avoir un programme préparé à l'avance ou quelques questions pour guider la discussion, mais ce contenu devra certainement être adapté au déroulement concret de l'atelier. L'objectif général est de finaliser et clore l'atelier ; aucun participant ne devrait s'en aller avec l'impression qu'une question est restée ouverte ou n'a pas trouvé de réponse.

Conseils :

> *Prêtez attention, durant tout l'atelier, aux réflexions importantes des participants et notez-les afin de les soulever lors de la discussion finale.*

> *Pour votre propre apprentissage, préparez une méthode d'évaluation spécifique (feuillelet contenant des questions, diagramme sur le paper-board, petites cartes pour écrire un bref commentaire à l'animateur, etc.) afin d'obtenir un feedback critique et constructif de la part des participants.*

Activité bonus : lettre à soi-même (20 à 30 minutes)

Tout à la fin de l'atelier, vous pouvez inviter chaque participant à s'écrire une lettre à lui/elle-même. L'idée est de permettre à chacun d'exprimer ses sentiments, émotions et intentions après l'atelier, et d'en garder une trace, comme lors de la rédaction d'un journal intime. Comme il s'agit d'une question privée, l'activité devrait être totalement facultative. Les participants placent leur lettre dans une enveloppe qu'ils s'adressent directement à eux-mêmes, et qui peut être envoyée environ 2 à 3 mois plus tard.

Conseils :

> *S'écrire une lettre à soi-même est particulièrement intéressant si les participants ont passé plusieurs jours ensemble, et pas uniquement la durée de l'atelier. Si des personnes proviennent de milieux linguistiques différents, précisez-leur qu'elles ont la possibilité d'écrire dans la langue de leur choix.*

> *Demandez aux participants de laisser l'enveloppe ouverte, afin que vous puissiez y ajouter quelques photos de l'atelier ou des autres activités que le groupe a entreprises. Prenez garde toutefois à bien préciser que la lettre de chaque participant(e) ne sera lue par personne d'autre que lui/elle-même !*

Principes de l'apprentissage de la paix



Cet atelier se veut un exemple appliqué de l'apprentissage de la paix tel que suggéré dans le guide pratique pour la pédagogie de la paix et l'apprentissage global (disponible à l'adresse www.peace-learning.org). Il se centre particulièrement sur l'approche du développement personnel et souligne l'importance de travailler sur soi-même afin de contribuer à la paix et à la compréhension mondiale.

Une importance spécifique est accordée aux principes de promotion d'une culture d'apprentissage proactive, de recherche de la participation et du sens de la responsabilité, ainsi que le renforcement des capacités critiques. Les participants sont les principaux contributeurs en matière de connaissances et d'opinions, et leurs apports déterminent entièrement le contenu de l'atelier. Même si le sujet de ce dernier est prédéterminé et que l'animateur décide le plus souvent de sa structure, il reste de l'espace libre pour les contributions spontanées. Le sens de la responsabilité peut aussi être accru si les participants ont la possibilité de choisir les activités spécifiques à entreprendre.

Le principe du holisme trouve son expression dans la large variété d'opinions concernant la question générale « qu'est-ce qui caractérise un bâtisseur de paix ? ». De plus, les participants sont encouragés à avoir des points de vue et des priorités différents, sans juger l'opinion d'autrui.

Les autres principes – rechercher la conscientisation, favoriser la coopération et réduire la compétition, mettre les valeurs en pratique – sont respectés tout au long de l'atelier, mais sans être spécialement soulignés.

Pour obtenir de plus amples informations concernant les principes de la pédagogie de la paix, et la pédagogie de la paix en général, prière de consulter le guide pratique pour la pédagogie de la paix et l'apprentissage global.

Matériel nécessaire :

- > cartes postales standard
- > cartes de citations (annexes)
- > papier pour paper-board
- > cartes et papier colorés
- > stylos-feutres et stylos à encre
- > adhésif (scotch)
- > article de Michael Gleich
- > enveloppes (pour activité bonus)

Crédits et droits de reproduction

Auteur: > Matthias Rüst

Contributions, révisions, traductions et layout > Marilena Andrenacci, Nicole Cornu, Frédéric Durand, Tania Hörler, Sarah Mettraux, Chloé Wagner, Michelle Zumofen.

Soutien financier > Office fédéral des assurances sociales (OFAS), Société suisse d'utilité publique (SSUP), Fondation Dietschweiler, Fondation Anne-Frank et Fondation SoliWerk.

Remerciements particuliers > A Michael Gleich et au projet Peace Counts pour nous avoir laissé utiliser leur matériel, ainsi qu'à tous les volontaires qui ont contribué d'une manière ou d'une autre à cette publication.

Cet atelier-exemple a été élaboré, testé et mis en application dans le cadre du projet Construire la paix par la pédagogie de la paix et l'apprentissage global, réalisé par le Service Civil International, branche suisse.

La reproduction et la diffusion de ce document à des fins non-lucratives est autorisée et encouragée. Prière de nous informer en cas de diffusion massive. La reproduction partielle est autorisée à condition que la source soit mentionnée comme il se doit.



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Pour tout commentaire, feedback ou demande :

peace-education@scich.org > www.peace-learning.org > www.scich.org

Annex A

<p><i>La paix est un droit humain, au même titre que la science, la technique et l'art. Pour être bâtie efficacement, elle doit être étudiée et entraînée.</i></p> <p><i>(Christoph Barbey)</i></p>	<p><i>Le contraire de la paix n'est pas la guerre, mais l'indifférence.</i></p> <p><i>(Yuri Haasz paraphasant Elie Wiesel)</i></p>
<p><i>La paix est l'absence et le contraire de la violence physique, culturelle ou structurelle.</i></p> <p><i>(Adapté de Johan Galtung)</i></p>	<p><i>La paix commence dans ton esprit. Seulement un esprit en paix peut engendrer des mots paisibles, des actions paisibles et ainsi un monde paisible. Le monde extérieur n'est que le reflet du monde intérieur.</i></p> <p><i>(Vision bouddhiste)</i></p>
<p><i>L'art de vivre en paix doit être envisagé comme un processus en trois dimensions en interaction : la paix avec soi-même, avec les autres, et avec la nature.</i></p> <p><i>(Pierre Weil)</i></p>	<p><i>La paix consiste en tout état, condition ou relation qui permet ou promeut le développement spontané de l'être humain : tout état qui encourage le développement du potentiel humain.</i></p> <p><i>(« Richard Makepeace » - pseudonyme)</i></p>
<p><i>La paix est une valeur universelle, la raison d'être de l'Organisation [des Nations Unies], ainsi que la condition préalable et conséquence de la jouissance des droits humains par tous. (Extrait de la Déclaration universelle sur le droit humain à la paix)</i></p>	<p><i>La paix est l'aptitude à gérer un conflit avec empathie, non-violence et créativité.</i></p> <p><i>(La méthode TRANSCEND)</i></p>
<p><i>La paix n'est pas simplement un but distant que l'on vise, mais un moyen par lequel on peut atteindre ce but.</i></p> <p><i>(Martin Luther King)</i></p>	<p><i>La paix n'est pas une chose que l'on souhaite ; c'est une chose que l'on bâtit, que l'on ait, que l'on est, et que l'on donne autour de soi.</i></p> <p><i>(Robert Fulghum)</i></p>

Annex B

<p><i>Vivre, c'est choisir. Mais pour faire le bon choix, il faut savoir qui l'on est et quelles sont nos valeurs, où l'on veut aller et pourquoi on le veut.</i></p> <p><i>(Kofi Annan)</i></p>	<p><i>Imagine all the people living life in peace. You may say I'm a dreamer, but I'm not the only one. I hope someday you'll join us, and the world will be as one.</i></p> <p><i>(John Lennon)</i></p>
<p><i>Il n'y a pas de passagers sur le vaisseau Terre. Nous sommes tous des membres de l'équipage.</i></p> <p><i>(Marshall McLuhan)</i></p>	<p><i>Tu me estas hablando de la revolución, pero yo quiero que me hables de tu revolución.</i></p> <p><i>(Sergent Garcia)</i></p>
<p><i>Nous vivons en paix sur Terre quand la paix règnera dans nos cœurs.</i></p> <p><i>(Dalai Lama)</i></p>	<p><i>Soyez le changement que vous souhaitez voir en ce monde.</i></p> <p><i>(Mahatma Gandhi)</i></p>
<p><i>Si vous pensez que vous êtes trop petit pour faire la différence, essayez de dormir dans une chambre close avec un moustique !</i></p> <p><i>(proverbe africain)</i></p>	<p><i>Dis-moi et j'oublierai, montre-moi et je me souviendrai, implique-moi et je comprendrai.</i></p> <p><i>(Confucius)</i></p>
<p><i>Mieux vaut allumer une chandelle que maudire l'obscurité.</i></p> <p><i>(proverbe chinois)</i></p>	<p><i>Vis comme si tu devais mourir demain. Apprends comme si tu devais vivre toujours.</i></p> <p><i>(Mahatma Gandhi)</i></p>
<p><i>L'homme est le produit de ses pensées. Ce qu'il pense, il le devient.</i></p> <p><i>(Mahatma Gandhi)</i></p>	<p><i>Le monde est dangereux à vivre, non pas tant à cause de ceux qui font le mal, mais à cause de ceux qui regardent et laissent faire.</i></p> <p><i>(Albert Einstein)</i></p>