

# Face à la violence : quelles ressources mobiliser?

Réseau suisse d'écoles en santé

Neuchâtel – 17 avril 2013

# Plan de l'exposé

- Présentation personnelle
- Trois objectifs à cette conférence
- Définitions de six notions clé
- Développement d'une attitude : l'assertivité
- Les trois pôles d'une situation de violence
- Typologie des comportements
- Conclusion

# Présentation personnelle

- Théologien, éducateur social, formateur d'adultes, directeur d'institution
- Educateur <-> *educere*
- Ressources propres à chacun à mobiliser !
- Regard du directeur d'institution
- Perspective de la résolution non-violente des conflits (CENAC)

# Objectifs

- Question de la violence éruptive  
*Ni hérisson, ni paillason !*
- Découvrir des pistes pour affronter des situations de violence
- Vous sentir plus libres dans vos (ré)actions face à la violence
- Repartir avec une idée plus claire et plus riche de ce que peut être la non-violence active

# Définition - conflit

- Élément constitutif des relations humaines
- Il joue un rôle structurant
- L'action non-violente n'est possible qu'en situation de conflit

# Définition - agressivité

- Élément nécessaire à la survie
- Elle permet d'exister face aux autres
- Elle permet de supporter la peur et de réagir
- L'action non-violente vise à réveiller l'agressivité

*La non-violence suppose avant tout  
qu'on est capable de se battre !*

Gandhi

# Définition - force

- Toute relation aux autres s'inscrit dans un rapport de force
- Elle représente une garantie nécessaire du respect des droits de chacun
- L'action non-violente utilise les rapports de force pour rétablir le droit

# Définition - peur

- La *peur survie* ou *signal* nous prévient du danger et nous permet d'y faire face
- La *peur émotion* ravive des souvenirs anciens et peut déboucher sur de la panique
- Accepter ma peur et reprendre le contrôle de mes émotions



# Définition - violence

Selon l'OMS, il y a violence :

- *s'il y a intentionnalité de faire mal ou de nuire de la part de l'auteur*

OU

- *s'il y a perception de violence de la part de la victime*

# Définition - autorité

- Elle permet à l'autre de grandir (*augere*)
- Elle libère en ouvrant un espace de sécurité
- Elle est conférée par la fonction et elle s'établit par le rôle qui est joué

# Bases de la RNVC

- Je me mets à l'écoute de mes émotions
- Je clarifie mes besoins
- J'exprime ces besoins à l'autre
- J'écoute les besoins de l'autre
- Je m'efforce de transformer les *JE* en *NOUS* pour construire ensemble quelque chose
- Je pratique l'écoute active

# Assertivité

- Me connaître, m'accepter et me respecter
- Oser m'affirmer de façon positive
- Prétendre à ma propre vérité
- Avoir la maîtrise de mon environnement personnel
- Accepter le regard des autres sur moi
- Accepter et respecter l'autre

- Défendre mes droits tout en respectant les droits des autres

*Me comporter de manière authentique...*

- Etre conscient du problème et de ses enjeux
- Faire preuve d'empathie

<http://www.non-violence.ch/>

# Ecoute active

- accorder le non-verbal au discours
- dire "je", en évitant "tu", "vous", "on"
- préférer les demandes aux exigences
- éviter les jugements
- éviter tout ce qui dénie ma responsabilité
- éviter les généralisations
- écouter avec empathie et reformuler en reflétant les émotions et les besoins perçus

# Trois pôles d'une situation de violence

Perception – intention – inter-diction

Acte désigné comme violent en situation

- Par la perception de celui qui le subit
- Par l'intention de celui qui le pose
- Par un cadre institutionnel qu'il transgresse

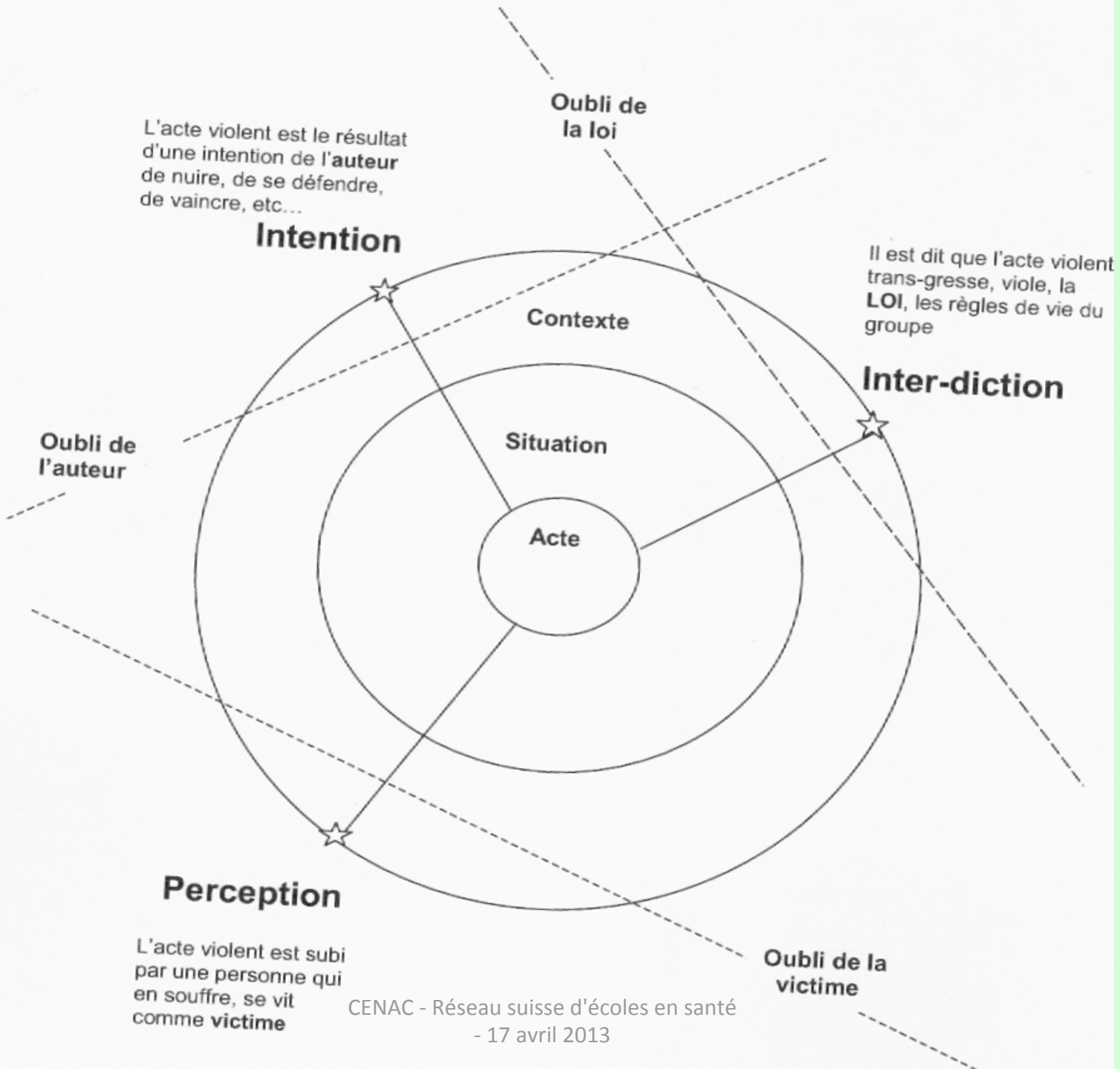
La violence augmente quand...

- ... une personne s'enferme dans un pôle
- ... un pôle est oublié, absent ou exclu

Je peux contribuer à diminuer la violence quand...

- ... je sors d'un pôle et mets du sens
- ... je donne voix au pôle manquant





# Typologie des comportements

	(attitudes combatives)	(attitudes non combatives)
(préservation d'un lien)	Affirmation Assertivité Ecoute active <b>Préservation</b>	Passivité (subir) <b>(de l'autre / de soi)</b>
(rupture du lien)	Violence <b>Destruction (de l'autre)</b>	Fuite Evitement (ne pas subir) <b>(de soi et de l'autre)</b>

# Conclusion

- Mon expérience...

... à vous de jouer !

Merci de votre attention !

Questions ?