

Asbl soutenue par le Service Education permanente de la Communauté française et la Direction Générale de la Coopération au Développement



## Éduquer la violence

**Commission Justice et Paix belge francophone asbl**  
rue Maurice Liétart, 31/6 • B-1150 Bruxelles • Belgique  
tél. 32-(0)2-738.08.01 • fax 32-(0)2-738.08.00  
info@justicepaix.be • www.justicepaix.be

A N A L Y S E 2 0 0 6

**L**a violence : un mal à combattre ?

Certainement, mais l'enjeu n'est pas de la supprimer.

Éduquer la violence, c'est permettre une prise de conscience de la situation de violence, pouvoir réagir face à celle-ci, et développer la capacité à gérer les conflits de manière constructive et positive. Éduquer la violence, c'est permettre le développement d'une culture de paix et de relations non-violentes entre les humains.

## **Table des matières**

1. Introduction

2. La culture de paix, une stratégie préventive

- sept attitudes face à la violence

- prévenir la violence par la gestion positive des conflits

- comment réagir face à un conflit ?

- la communication non-violente

3. Pour aller plus loin

## **Introduction**

Construire une culture de paix implique non pas de refuser la violence, mais de l'éduquer. Pour cela, il est nécessaire de reconnaître que la violence est une donnée anthropologique et universelle, mais face à laquelle il est possible de réagir, chacun à sa mesure.

Comprendre ce qui est en jeu derrière les réactions violentes, identifier les causes profondes de la violence est indispensable.

Se limiter à réprimer tout comportement violent n'aboutirait qu'à retarder l'issue violente, et/ou à l'amplifier. En effet, la violence n'est qu'un effet de surface, la manifestation d'une frustration plus profonde. Vouloir éradiquer la violence sans s'attaquer à ses causes profondes ne ferait qu'amplifier la violence elle-même.

L'angoisse de la finitude, de la solitude et de l'incertitude<sup>1</sup> est à la source de la violence. Atténuer cette angoisse en laissant aux gens l'illusion de la maîtrise de leur vie face aux trois désirs fondamentaux de toute puissance, de fusion et de certitude est une attitude trompeuse et proprement démagogique. À l'inverse de cela, il est indispensable d'éduquer notre rapport à ces frustrations, et de prendre conscience de leur dimension imaginaire. En d'autres termes, prendre conscience de la réalité et des limites qu'elle impose, et construire mon identité au départ de cela.

## **La culture de paix, une stratégie préventive**

Promouvoir une culture de paix ne signifie pas nier la violence, mais construire la paix en admettant que la violence existe. Toute la question consiste alors à poser les limites de la violence que l'on accepte, et celle que l'on n'accepte pas. Mais dans tous les cas, si elle doit exister, elle ne peut l'être que comme étape transitoire, car la violence, quelle qu'elle soit, ne peut pas être un style de vie en soi.

---

<sup>1</sup> Cfr les théories du philosophe Jean-Michel Longneau.

Face à une situation de crise ou d'injustice, il est parfois nécessaire de laisser la violence s'exprimer. Par exemple, lorsqu'on se trouve face à une personne en colère, il faut parfois laisser passer la foudre avant d'entamer le dialogue.

L'éducation à la paix et à la non-violence se fera dès lors soit après la crise, soit de manière préventive.

Un autre élément important à garder à l'esprit lorsqu'on parle de « culture de paix », est de ne pas croire au mythe d'un monde où ne règnent que des relations harmonieuses entre les personnes. Aimer tout le monde est impossible, mais entretenir des relations de respect avec chacun est indispensable, même si on désapprouve ses actes.

La non-violence, une proposition à la base de la culture de paix, ne refuse pas purement et simplement la violence.

Le comportement d'une personne non-violente peut se résumer dans l'expression « ni hérisson, ni paillason » : ne pas blesser, et ne pas se laisser piétiner. C'est refuser que l'on puisse être violent vis-à-vis de moi ou d'une autre personne, mais également que je puisse l'être vis-à-vis de qui que ce soit. C'est refuser l'injustice et l'irrespect envers la personne humaine.

Cela implique une écoute active d'autrui comme de soi-même afin de pouvoir oser parler, oser affirmer ses idées, même si c'est difficile. Il faut donc connaître nos valeurs, nos limites et avoir envie de les affirmer et de les défendre, sans pour autant écraser l'autre.

*Le défi n'est pas de faire un monde sans conflits.*

*C'est de permettre qu'ils éclatent dans un climat ouvert à la tolérance et au dialogue.*

## **Sept attitudes face à la violence<sup>2</sup>**

Jacques Sémelin, praticien et théoricien reconnu de la non-violence, propose sept manières d'être et d'agir pour mettre en pratique la non-violence dans la vie quotidienne, sept attitudes qui permettent d'agir ou de réagir face à la violence.

1. Refuser d'être victime, c'est rompre une relation où on est perdant. C'est exiger d'être respecté pour ce que l'on est, devenir l'acteur de sa propre histoire.
2. Oser dire, c'est oser dire sa souffrance, oser dire sa peur, son désaccord, avoir le courage de briser la loi du silence. Bien sûr, les jeunes n'ont pas toujours les mots pour dire et s'expriment parfois avec des coups. Il faut « entendre » leur violence pour les aider à évoluer, à s'exprimer autrement.
3. Susciter le respect en respectant l'autre, même si on n'est pas d'accord avec lui. Cela commence par apprendre à écouter l'autre sans le juger.
4. Faire appel à un tiers : dans un conflit, il n'est pas toujours évident que les protagonistes entrent en dialogue et résolvent eux-mêmes le conflit de manière non-violente. Il est parfois nécessaire de faire appel à un médiateur. Il importe que ce médiateur ne soit pas partie prenante au conflit. Il peut s'agir par exemple d'un professeur, ou encore de la Loi, indispensable balise pour permettre l'épanouissement de la vie en société.
5. Devenir médiateur : le médiateur s'efforcera de ne pas juger de l'enjeu du conflit et de rester neutre. Il aura pour tâche de faciliter la recherche d'un compromis et d'amener les protagonistes à trouver une solution par eux-mêmes.
6. Élaborer des règles en commun : la violence résulte souvent d'une injustice qui dérègle les rapports entre les groupes et les individus. Être associé à l'élaboration des lois et définir ensemble les règles de vie valables pour tous permet bien souvent qu'elles soient acceptées, connues et respectées de tous. C'est la base de la démocratie.

---

<sup>2</sup> Une pédagogie de la non-violence active en 7 manières d'agir, par Jacques Sémelin. [http://www.non-violence-mp.org/outilspedagogiques\\_fichiers/septattitudes.htm](http://www.non-violence-mp.org/outilspedagogiques_fichiers/septattitudes.htm)

7. Construire un projet apporte du sens aux efforts fournis pour satisfaire les six points précédents. Le projet reflète le mode sur lequel les relations entre les individus pourront se construire, comment les groupes et les individus pourront vivre ensemble malgré leurs différences et leurs différends.

## **Prévenir la violence par la gestion positive des conflits**

Souvent, on a tendance à dire que le conflit provoque la violence. Quand on parle de « conflit », on imagine des situations de violence : guerres, agressions, insultes... On l'associe facilement à des sentiments de haine, de peur, de souffrance... Pourtant, une situation de conflit ne s'exprime pas automatiquement par la violence.

Un conflit est le résultat d'une situation où des individus ou des groupes d'individus défendent des points de vue, des valeurs, des cognitions, et/ou des objectifs différents qui les conduisent à s'opposer. Il peut également naître d'une simple incompréhension entre les protagonistes. Le conflit fait partie de la vie et de la relation à l'autre. Il n'est pas positif ou négatif en soi. Il peut être facteur de changements positifs, de progrès. Ce qui est décisif dans un conflit, c'est la manière dont il est géré, la manière dont les protagonistes essayent de le résoudre. En fonction de cela, il pourra être constructif et source d'évolution, ou, au contraire, provoquer la destruction, la haine et la violence.

Faire la distinction entre la violence et le conflit est essentiel dans l'éducation à la non-violence et à la paix. En effet, il ne s'agit pas de refuser les situations de conflits, mais au contraire, de les identifier et d'apprendre à les gérer positivement.

Bien plus qu'un obstacle, le conflit est une opportunité. S'il est bien géré, le conflit peut avoir des fonctions et des conséquences positives telles que permettre la construction de relations plus justes, réaffirmer la règle commune dans le groupe, être source de développement pour les personnes qui le vivent, d'une meilleure connaissance de soi...

La violence constitue donc un dérèglement du conflit. C'est un processus qui cherche à résoudre le conflit par l'élimination de l'autre.

Éduquer la violence, c'est apprendre à exprimer ses idées en respectant sa propre personne et celle des autres. Pour cela, il est nécessaire d'apprendre à le faire de manière canalisée et contrôlée. Gérer les conflits que nous vivons au quotidien fait partie intégrante de cette éducation à la non-violence.

La résolution des conflits relève non seulement de l'éducation à la paix mais aussi de l'éducation à la vie démocratique.

La résolution des conflits par l'approche non-violente permet à l'élève d'augmenter la confiance en soi, la capacité à écouter, dialoguer, négocier, à développer l'esprit de coopération et de solidarité, la créativité et à gérer ses émotions.

Adopter une attitude non-violente en situation de conflit, c'est être quelqu'un de responsable. Apprendre à vivre en harmonie avec les autres, c'est aussi vivre en harmonie avec soi-même.

Enfin, apprendre à gérer les conflits de manière non-violente, c'est apprendre à être médiateur et à communiquer de manière non-violente.

## **Comment réagir face à un conflit ?**

De manière générale, il existe différentes attitudes possibles face au conflit :

- la stratégie de compétition : c'est la volonté d'imposer notre solution, jugée meilleure que toutes les autres. Ce type de stratégie implique que le conflit se solde par un « gagnant » et un « perdant » ;

- la stratégie d'accommodement : afin d'éviter d'entrer en confrontation avec l'autre, je préfère m'effacer devant sa volonté, niant mes propres besoins, et me faisant dès lors violence à moi-même. Ce qui compte c'est de protéger la relation, au risque d'alimenter - à long terme - une frustration ;
- la stratégie d'évitement : il s'agit d'éviter toute possibilité d'accrochage avec l'autre, d'éviter les sujets qui fâchent ;
- la stratégie de compromis : les deux parties ont un pouvoir égal mais des objectifs différents. Le rapport des forces est équilibré, chacun comprend son intérêt à renoncer à une partie de ses exigences pour arriver à un accord acceptable pour les deux parties ;
- la stratégie de coopération : tant la relation avec l'autre, que mon opinion ou mon intérêt (soit l'enjeu du conflit) a son importance. Ensemble, les protagonistes définissent quels sont leurs besoins respectifs et les solutions possibles permettant de les satisfaire tous deux. C'est une démarche qui demande de la créativité et du temps, de l'énergie et un certain apprentissage dans la gestion du conflit.

La gestion non-violente de conflits nécessite des capacités qui peuvent avoir été développées dès l'enfance. Dans le cas contraire, sortir du cadre de nos réflexes habituels peut être un travail de longue haleine.

Développer une approche positive des conflits, c'est apprendre à passer d'une relation « gagnant – perdant » à une relation « gagnant – gagnant ». Le conflit n'est plus perçu comme un combat à gagner contre l'autre, mais comme un défi à relever ensemble. Cela implique de pouvoir identifier le problème et travailler ensemble à une solution. Il importe également de distinguer l'acte de la personne.

Voici un outil facile permettant de développer une approche positive du conflit : il s'agit de la **stratégie des cinq « C »** :

1. **Calmer les sentiments** : c'est prendre le temps d'avoir le recul nécessaire par rapport à ce qui me rend violent, d'identifier ce qui me frustre.
2. **Communiquer** : c'est prendre le temps de parler, de s'exprimer, de s'écouter mutuellement. Écouter l'autre n'implique pas seulement de le laisser parler. Il faut aussi s'assurer que ce qui a été dit a été bien entendu et bien compris. Souvent, lorsqu'on est en conflit et que l'autre expose son point de vue, on est soi-même déjà en train d'interpréter ce qu'il dit ou de penser à ce que l'on va lui répliquer. Pour s'assurer d'avoir bien compris ce que l'autre a voulu dire, il est parfois nécessaire de redire avec ses propres mots ce qu'on a compris. Cette stratégie d'écoute « active » permet d'éviter bien des malentendus.
3. **Chercher des solutions** : imaginer des solutions créatives et positives acceptables pour les deux parties implique une volonté partagée de trouver un terrain d'entente. Chercher des solutions valables pour les deux protagonistes fait appel à la créativité et à la négociation.
4. **Choisir la meilleure solution** : la solution retenue devra être acceptable pour les deux parties, construite à partir des besoins de l'un et de l'autre et respectueuse de la relation.
5. **Cultiver la paix** : prendre quelques instants pour réfléchir au processus de résolution du conflit, au regard du développement d'une culture de paix.

## La communication non-violente

Dans le processus de communication, le fond et la forme d'un message sont tous deux d'une importance déterminante sur la manière dont il est reçu. Notre façon de parler peut parfois s'avérer violente, et provoquer des souffrances à autrui comme à nous-même. Pour reprendre les termes de

Marshall B. Rosenberg, fondateur de la communication non-violente, « les mots sont des fenêtres ou bien ils sont des murs<sup>3</sup> ».

La communication non-violente est un art du dialogue qui invite à communiquer dans un esprit de coopération. Utilisant comme outil le langage, la communication non-violente porte une attention particulière à ce que révèlent ou ce que cachent les mots utilisés au cours d'un processus de communication. Cela permet de prendre conscience de la manière dont je connote le message que j'envoie ou que je perçois.

Cela implique de prendre un certain recul par rapport à ce que je dis et par rapport à ce que l'on me dit, et de communiquer de manière à ce que le langage ne soit dommageable ni pour moi-même, ni pour l'autre, mais qui va permettre d'ouvrir le dialogue.

Dans une situation de conflit, communiquer de manière non-violente permet plus facilement de trouver des solutions créatives permettant de satisfaire les besoins et désirs des protagonistes.

Qu'il s'agisse du milieu scolaire, des relations familiales, du milieu professionnel, de la relation thérapeutique, des négociations diplomatiques, ou des résolutions de conflits, la communication non-violente s'avère utile et efficace pour contribuer au développement d'une culture de paix et de non-violence. Bien sûr, cette technique ne s'apprend pas en un jour, mais les principes de base sont simples.

« Le processus de la communication non-violente se déroule en quatre points. Il est centré sur l'observation des faits, l'identification des sentiments et des besoins de chacun, la formulation de demandes claires, précises et concrètes. Il s'applique à tous les champs de la vie quotidienne<sup>4</sup> ».

- Le premier point consiste à s'en tenir rigoureusement à l'observation des faits, sans porter de jugement ou de critique, sans exprimer de reproche, et sans faire d'interprétation.
  
- Pour pouvoir identifier les sentiments et les besoins de chacun, il est nécessaire d'exprimer les sentiments que l'on éprouve face aux faits que l'on a observés, de témoigner de l'insatisfaction d'un besoin.
  
- Enfin, il conviendra de formuler une demande claire et précise, mais qui reste néanmoins ouverte et négociable, permettant à l'autre d'agir positivement. Cette demande n'est surtout pas une exigence !

« La communication non-violente est un art de vivre qui nous aide à donner et à recevoir dans un esprit de bienveillance. Elle attire notre attention sur les sentiments, besoins et demandes de chaque personne, et nous garde de toute critique, jugement ou évaluation qui sont souvent sources de malentendus<sup>5</sup> ».



Novembre 2006.

Axelle Fischer et Danielle Letier, Commission Justice et Paix.

---

<sup>3</sup> ROSENBERG Marschall, Les mots sont des fenêtres, ou bien ils sont des murs. Introduction à la communication Non-Violente. 2001, éd. Jouvence.

<sup>4</sup> La Communication Non-Violente, document provenant du centre pour la Communication Non-Violente en France, p 5.

<sup>5</sup> ROSENBERG Marschall, Les mots sont des fenêtres, ou bien ils sont des murs. Introduction à la Communication Non-Violente. 2001, éd. Jouvence.

## **Pour aller plus loin**

LONGNEAU, Jean-Michel, « Attention à la démagogie », in le Vif l'Express, paru le 28 avril 2006.

PAX CHRISTI WALLONIE-BRUXELLES « Vivre ensemble... en paix. Petit recueil à l'usage de ceux qui souhaitent mieux vivre ensemble », 2005.

ROSENBERG Marschall, « Les mots sont des fenêtres, ou bien ils sont des murs. Introduction à la Communication Non-Violente. », éd. Jouvence, 2001.

SÉMELIN Jacques « Une pédagogie de la non-violence active en 7 manières d'agir », [http://www.non-violence-mp.org/outilspedagogiques\\_fichiers/septattitudes.htm](http://www.non-violence-mp.org/outilspedagogiques_fichiers/septattitudes.htm)  
« La non-violence expliquée à mes filles », éd. du Seuil, 2000.

UNIVERSITE DE PAIX « Promouvoir la paix », coll. Les intelligences citoyennes, éd. De Boeck, 2004.

[www.sfcg.org/resources/resources\\_tips\\_f.html](http://www.sfcg.org/resources/resources_tips_f.html): Search for Common Ground, « Comment transformer un conflit ».

[www.irnc.org](http://www.irnc.org) : Institut de Recherche sur la Résolution Non-Violente des Conflits et de la revue Alternatives Non-Violentes.

[www.wikipédia.org](http://www.wikipédia.org) : l'encyclopédie en ligne.

[www.nvc-europe.org](http://www.nvc-europe.org) : site sur la communication non-violente.

[www.planetenonviolence.org](http://www.planetenonviolence.org) : site d'informations et de ressources éducatives sur la non-violence.

Cette analyse est une des premières fiches pédagogiques de l'outil « construire la paix » réalisé par la Commission Justice et Paix et Pax Christi Wallonie Bruxelles.  
Il propose une réflexion et des applications pédagogiques sur le thème de la culture de paix.

Pour se le procurer : [info@justicepaix.be](mailto:info@justicepaix.be), 02/738.08.01