La violence dans ma vie

«Suivez la règle des trois R: Respect de soi/Respect des autres/Responsabilité pour chacun de vos actes.» Le Dalai Lama

THEMES

PAIX ET VIOLENCE

SÉCURITÉ HUMAINE

DROITS DE L'HOMME GÉN.

COMPLEXITE

NIVEAU 3

TAILLE DU GROUPE

INDIFFÉRENTE

DUREE

60 MINUTES

Thèmes	Paix et violence, Sécurité humaine, Droits de l'homme en général
Complexité	Niveau 3
Taille du groupe	Indifférente
Durée	60 minutes
Aperçu	Cette activité de débat permet à chacun d'analyser son expérience de la violence interpersonnelle.
Droits corrélés	▪ Droit à la vie, à la liberté et à la sécurité de la personne ▪ Droit à la liberté de pensée, de conscience et de religion
Objectifs	▪ S'identifier soi-même non seulement comme une victime potentielle de violence, mais aussi comme un auteur potentiel de violence ▪ Encourager le développement des capacités à gérer la violence de manière positive ▪ Développer les valeurs de tolérance et de responsabilité

Instructions

1. Expliquez qu'il s'agit d'une occasion pour les participants de livrer leurs réflexions et leurs impressions concernant leurs expériences de la violence interpersonnelle, à la fois comme victimes et auteurs.
2. Veillez à ce que chacun connaisse et comprenne les règles du travail de groupe participatif: chacun doit être traité avec respect, ce qui est dit reste secret et personne ne doit se sentir obligé de dire quoi que ce soit qui le mette mal à l'aise.
3. Procédez à un brassage d'idées sur le terme de «violence» et demandez aux participants de fournir des exemples de violence quotidienne, tels que: les écarts de langage, les insultes, les dépassements dans une file, les coupures de parole, la fessée donnée à un enfant ou les coups donnés/reçus, les cambriolages, les larcins, le vol à la tire, le vandalisme, etc.
4. Demandez aux participants de réfléchir 5 minutes à des incidents personnels, tels que:
   a) les actes de violence qu'ils ont subis;
   b) les actes de violence qu'ils ont commis sur les autres;
   c) les actes de violence auxquels ils ont assisté sans intervenir.

Compte rendu et évaluation

Commencez par évoquer brièvement l'activité, notamment pour savoir si les participants l'ont trouvée difficile et, dans ce cas, pourquoi. Passez ensuite à l'analyse des causes et des effets des différentes situations a), b) et c). Demandez à des volontaires de soumettre leurs expériences

personnelles à la discussion générale. Laissez-leur expliquer ce qui s'est passé et ce qu'ils en pensent. Elargissez ensuite le débat à tous les participants.

1. Pourquoi la violence a-t-elle eu lieu?
2. Comment les autres membres du groupe se seraient-ils comportés dans les mêmes circonstances?
3. Pourquoi vous êtes-vous comportés comme vous l'avez fait?
4. Quel autre comportement auriez-vous pu adopter? Les autres participants ont-ils des suggestions à faire?
5. Qu'aurait-il été possible de faire pour empêcher l'incident?
6. Dans le cas c), pourquoi n'être pas intervenu?
7. Quelles étaient les causes de l'incident?
8. Combien d'incidents ont-ils été le fruit d'un malentendu, combien le résultat de l'amertume, de la rancune ou de la jalousie et combien le résultat d'une différence de culture, de coutume, d'opinion ou de croyance?
9. Qu'est-ce que la «tolérance» pour les participants? Comment la définissent-ils?
10. Est-il juste de se montrer entièrement tolérant eu égard à tout ce que les autres disent ou font?
11. Pourquoi la tolérance est-elle une valeur essentielle dans la promotion des droits de l'homme?

Conseils pour l'animateur

Attendez-vous à des surprises et à soutenir un participant qui trouverait cette activité difficile et pénible. Vous ne connaissez pas le vécu de chaque participant, ni ce qui se passe ou s'est passé dans sa famille. Les participants pourraient avoir fait l'expérience de diverses formes de violence.

Insistez sur le fait que l'activité a pour but de développer les capacités à faire face au problème de la violence en en identifiant les causes, en acceptant ses sentiments et ses émotions et en développant ses capacités d'action avec assurance, dans le but de maîtriser la situation et de trouver des moyens non violents de répondre à des situations violentes. Dites aux participants de ne pas oublier l'article 1 de la Déclaration universelle des droits de l'homme: «Tous les êtres humains naissent libres et égaux en dignité et en droits». Si nous voulons que les autres respectent cet article, alors nous devons donner l'exemple.

Si le nombre de participants est supérieur à dix, formez des petits groupes.

Variantes

Voici une activité idéale à jouer. Demandez à deux, trois ou quatre participants de mettre au point un petit jeu de rôle mettant en scène un incident violent. Le reste du groupe observe. Vous pouvez interrompre le jeu de rôle de temps en temps et demander aux spectateurs d'apporter leurs commentaires ou suggestions quant à la suite de l'histoire. Vous pouvez aussi demander aux spectateurs d'intervenir directement pour remplacer les acteurs et poursuivre le jeu dans une autre direction.

Date clé

le 16 novembre
Journée internationale de la tolérance

Suggestions de suivi

Renseignez-vous au sujet des organisations qui apportent un soutien aux victimes de violences, par exemple les lignes d'assistance ou les réseaux de soutien. Informez-vous sur d'autres organisations qui assurent la promotion de la compréhension et de la tolérance dans votre communauté. Si vous voulez poursuivre le travail sur le thème de la paix et de la violence, vous pouvez utiliser l'activité «Un monde parfait», page 272. Vous y complèterez des proverbes qui vous permettront de construire un mandala de paix.

Idées d'action

Contactez une organisation qui œuvre en faveur de la paix et la non-violence au sein de la communauté pour voir en quoi vous pourriez lui être utile.