

MARS 2015

ACTES DU 10^{ÈME} FORUM LAÏCITE / DIVERSITE



Mardi 24 mars 2015

Au Complexe culturel

Jean Carmet

ALLONNES (72)

**« Sortir de la violence
par le conflit :
un moyen pour pacifier
nos relations ? »**

Organisé par la Ligue de
l'enseignement / FAL 72

Et le Collectif Sarthois
d'Education à la
Citoyenneté et à la Diversité

SOMMAIRE

PROGRAMME du 24 MARS 2015	1
MOT D'OUVERTURE PAR JEAN-LUC JOUVIN	3
Président de la Ligue de l'Enseignement – FAL 72	
INTERVENTION D'ANNICK JOSEPH	4
Déléguée Culture et Education de la Ligue de l'Enseignement – FAL 72, Animatrice du Collectif d'Education à la Citoyenneté et à la Diversité	
OUVERTURE DE LA THÉMATIQUE PAR FRANCOISE DOMALIN	5
Militante à la Ligue des Droits de l'Homme, Membre du Collectif d'Education à la Citoyenneté et à la Diversité	
INTERVENTION DE FRANCOIS LHOPITEAU	8
Psychothérapeute, Directeur de l'Institut de recherche et de Formation pour une Alternative Non-violente de Normandie (IFMAN)	
ÉCHANGES AVEC LA SALLE	20
Animés par Françoise DOMALIN	
PRÉSENTATION ET RESTITUTION DES ATELIERS :	
ATELIER 1 – Renforcement des Compétences Psychosociales	34
Animatrices : Nathalie LERAY, documentaliste et Shona BARBETTE, chargée de projets de l'Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé (IREPS)	
ATELIER 2 – Régulation non violente des conflits	37
Animateur : François LHOPITEAU, psychothérapeute et directeur de l'IFMAN	
ATELIER 3 – L'approche systémique dans la régulation des conflits	40
Animatrice : Isabelle LERAT, psychothérapeute familiale d'Interactif Formation	
SYNTHÈSE DE LA JOURNÉE	45
Françoise DOMALIN	
REMERCIEMENTS	46
Annick Joseph	
ANNEXES	47
IREPS : bibliographie et coordonnées	
IFMAN : bibliographie et coordonnées	
Interactif Formation : bibliographie et coordonnées	

INTRODUCTION

« Pas d'humanité sans conflictualité » a dit François Balta, médecin psychiatre et spécialiste de l'approche systémique. Cependant, ne peut-on tenter de pacifier les relations humaines trop souvent réglées par la violence, en apprenant à exprimer nos peurs et difficultés, à exposer nos conflits, afin de mieux vivre ensemble dans la tolérance et le respect, même si les problèmes ne sont pas résolus ? Provoquer la rencontre, l'échange verbal dans des groupes n'est pas chose facile. Cela nécessite de la part des intervenants un savoir-faire qui sera l'objet de notre réflexion lors de ce forum...

Intervenant

Diplômé de Lettres, **François LHOPITEAU** a d'abord été animateur socio-éducatif puis délégué départemental d'une fédération d'éducation populaire. En 1989, il a fondé, en Normandie, le premier IFMAN - Institut de Recherche et de Formation du MAN, Mouvement pour une Alternative Non-violente - puis a contribué à la création d'autres IFMAN dans six autres régions. Il y a développé des équipes de formateurs sur la régulation des conflits dans l'action éducative et sociale. Parallèlement, son travail de recherche l'a conduit à devenir psychothérapeute en se formant au sein du Centre de Relation d'Aide de Montréal. Aujourd'hui il accompagne des groupes de professionnels dans la régulation de conflits et la prévention de violences.

- ◀ **8h30** **Accueil du public** et émargement.
- ◀ **8h50** Mot d'accueil de **Jean-Luc JOUVIN**, Président de la Ligue de l'enseignement – FAL 72.
- ◀ **9h00** Ouverture de la thématique par **Françoise DOMALIN**, animatrice de la journée.
- ◀ **9h15** **Intervention de François LHOPITEAU, Directeur de l'IFMAN¹.**
« Réhabiliter le conflit pour apprivoiser la violence »

Pause
15min

La violence prend mille formes, tour à tour guerrière, politique, économique, structurelle, sociale, communautaire, psychologique, etc. Sous ce même vocable on désigne aussi bien des actes caractérisés que des situations subtiles. La violence est la tentative pour résoudre un conflit par la soumission ou disparition de la partie adverse. La violence est la transformation de l'autre en objet. Si conflit il y a, la violence n'en est pas la seule issue. L'autre voie, c'est la reconnaissance du conflit comme espace où se rencontrent des forces opposées. L'autre voie, c'est institutionnaliser un espace où le conflit va se parler. Une parole qui permette de passer du refoulé à l'exprimé, du cri à la demande, de la résignation à l'action...

¹ Institut de recherche et de Formation du Mouvement pour une Alternative Non-violente.

 **12h15** Pause déjeuner

 **13h45** Répartition dans les différents ateliers :

Atelier 1 « *Renforcement des Compétences Psychosociales* »

Nathalie LERAY, documentaliste et Shona BARBETTE, chargée de projets. IREPS¹

Renforcer les compétences psychosociales (CPS) permet d’agir sur la connaissance de soi et des autres, favorise le mieux vivre ensemble et le respect. En cela, le renforcement des CPS constitue un travail de fond pour la gestion des conflits et la prévention de toute forme de violence. L’atelier proposera une présentation des CPS ainsi que la mise en pratique de plusieurs activités, à l’aide d’outils pédagogiques disponibles au centre de ressources de l’IREPS. Cet atelier s’adresse aux professionnels du secteur éducatif et de l’animation jeunesse, intervenant auprès de groupes d’enfants et d’adolescents.

Atelier 2 « *Régulation non violente des conflits* ».

François LHOPITEAU. IFMAN

La formation de base à *la régulation non violente des conflits* s'appuie sur trois approches complémentaires. Elle propose des repères théoriques pour analyser les situations de conflit. Elle offre des moyens pratiques d'action pour faire face à certaines situations concrètes. Elle fait le lien entre les attitudes personnelles et les choix de fonctionnement collectif. A partir de situations rapportées par les participants, l'atelier propose quelques procédures applicables au quotidien.

Atelier 3 « *L’approche systémique dans la régulation des conflits* ».

Isabelle LERAT, psychothérapeute familiale formée à l’analyse systémique. INTERACTIF FORMATION

L’atelier proposera une approche théorique pour sensibiliser les participants à l’analyse systémique en utilisant de nombreux exemples. Le travail s’élaborera essentiellement autour de l’analyse des interactions entre les protagonistes du conflit. Les cas proposés par les participants serviront de sujets d’étude pour comprendre comment l’analyse systémique peut être un outil à part entière dans la gestion de conflits interpersonnels.

 **16h30** Synthèse de la journée et pot de clôture.

¹ Instance Régionale d’Education et de Promotion de la Santé.

MOT D'OUVERTURE PAR JEAN-LUC JOUVIN,

PRÉSIDENT DE LA LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT – FAL 72

Ce 10ème Forum Laïcité / Diversité est programmé dans le cadre des Semaines d'Education Contre les Discriminations qui sont coordonnées par la Ligue de l'enseignement - FAL 72. Tout d'abord, je tiens à remercier la Ville d'Allonnes en la personne de Monsieur le Maire **Gilles LEPROUST** qui met à notre disposition ce complexe culturel ainsi que l'équipe du Centre Social qui accueillera cet après-midi deux de nos ateliers. Un merci tout particulier aux Personnels de ces deux structures qui ont tout mis en œuvre pour bien nous recevoir dans leurs locaux. Après avoir vu se dérouler nos précédents Forums dans les différents quartiers du Mans, nous sommes heureux d'être accueillis aujourd'hui à Allonnes.

Bien que le thème de cette année « *Sortir de la violence par le conflit : un moyen pour pacifier nos relations ?* » ait été choisi et élaboré dès l'automne, il fait tristement écho aux événements des 7 et 8 janvier derniers. Face à ces actes d'une violence inouïe, le 11 janvier, 4 millions de personnes de toute origine, confession, opinion ont réagi avec détermination face à ces abominations et sont descendues dans la rue pour dire NON ! Notre Forum est une autre façon de dire NON... et nous allons nous y employer durant toute cette journée.

Pour ce faire, nous sommes heureux d'accueillir nos intervenants de la journée : **François LHOPITEAU**, Directeur de l'Institut de Recherche et de Formation du Mouvement pour une Alternative Non-violente ainsi que **Nathalie LERAY**, documentaliste et **Shona BARBETTE**, chargée de projets à l'Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé. **Isabelle LERAT**, psychotérapeute familiale à Interactif Formation nous rejoindra cet après-midi. Et enfin **Françoise DOMALIN**, membre de la Ligue des Droits de l'Homme, ex Présidente de la section Sarthe qui sera notre animatrice de la journée, garante du temps et qui aura la lourde tâche de faire la synthèse de la journée. Merci grandement à elle.

Avant de conclure, permettez-moi de rendre ici hommage -en les nommant- aux membres de la commission Réflexion / Action du Collectif d'Education à la Citoyenneté et à la Diversité qui ont pensé et travaillé la thématique puis le contenu de ce Forum. Il s'agit de : **Nathalie BEAUCHARD**, bénévole à la Ligue de l'enseignement - FAL 72, **Xavier MARGUERITTE** et **Yohann LEBRETON** du Centre Social Quartiers Sud, **Claire PILOU** de la MPT Jean Moulin Ville du Mans, **Stéphane CARRE** et **Bruno RICHEL** du Centre social Pâtis St Lazare, **Claude ROQUET** de la LDH Sarthe, **Magali BERNARD**, du service Patrimoine de la Ville du Mans, **Mélanie CHAMPION** de la Maison des Habitants de Ballon, **Ghislaine THIBAUD** du Collectif Pour une Terre Plus Humaine, **Martial LEREVEREND** du lieu d'écoute l'Escale à Allonnes, **Zohra BENMAKHAD** du Centre Social d'Allonnes, **Hélène MALLARD** et **Benjamin DAGARD**, chargés de projets éducatifs ainsi qu'**Annick JOSEPH**, animatrice de ce Collectif, tous trois salariés de la Ligue de l'enseignement - FAL 72.

Bonne journée à tous.

ANNICK JOSEPH,

**DÉLÉGUÉE CULTURE/EDUCATION DE LA LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT – FAL 72,
ANIMATRICE DU COLLECTIF D'EDUCATION A LA CITOYENNETE ET A LA DIVERSITE**

Pour rappel, nos Forum LAICITE /DIVERSITE ont pour but de nous former par le partage et l'appropriation d'outils et de démarches en mesure de développer les situations d'apprentissage des publics que nous côtoyons au quotidien ; que ce soit un public d'enfants à l'école ou dans les structures socioculturelles, mais aussi et plus largement des citoyens que nous côtoyons dans les associations ou dans les quartiers.

Ces Forum LAICITE / DIVERSITE sont mis en place pour tenter de répondre à nos interrogations - voire nos doutes- mais de toute évidence pour nous permettre de repartir avec des éléments qui enrichiront nos pratiques.

Cette journée sera dense, aussi devons-nous être rigoureux pour respecter le planning de la journée. Pour cela quelques informations pratiques :

Vers 10h15 / 10h30, nous prévoyons une pause de 15m... Merci de bien vouloir respecter cette durée. Durant cette pause, un espace pour se désaltérer est prévu dans le hall d'accueil. Il est tenu par deux administratrices de la Ligue de l'enseignement – FAL, merci à elles deux.

Une petite précision, nous sommes engagés dans une démarche de développement durable, aussi les boissons sont servies dans des gobelets plastique réutilisables, pour cela une petite caution de 0.50€ est demandée... deux solutions s'offrent à vous : soit vous décidez de garder le gobelet et nous conservons vos 0.50€, soit vous ramenez votre gobelet et nous vous rendons 0.50€. A l'issue de cette pause, nous reprendrons nos places ici dans cette salle pour poursuivre.

Précision : comme à l'accoutumée, les apports de notre invité et nos échanges sont enregistrés pour permettre une rédaction des Actes, aussi ... lors des prises de parole dans le public, merci de vous présenter en précisant votre nom, votre prénom, et le nom de votre structure.

Pour les personnes qui ne participent que le matin, nous vous remercions de bien vouloir compléter la FICHE D'EVALUATION qui vous a été remise au moment de l'émargement. Celle-ci est importante car elle permet à notre groupe de travail de réfléchir aux contenus des futurs forums L/D. Une bannette où vous pourrez la déposer est prévue à cet effet à l'accueil / émargement.

Fin de la matinée à 12h15 et je reprendrai le micro pour vous donner les informations relatives aux ateliers de cet après-midi.

Enfin vers 16h45, Françoise DOMALIN clôturera ce 10^{ème} forum Laïcité – Diversité par une synthèse.... et un « pot de clôture » sera servi à ceux d'entre vous qui voudraient poursuivre la discussion.

Dans l'immédiat, je passe la parole à Françoise DOMALIN pour l'introduction de cette journée.

OUVERTURE DE LA THEMATIQUE PAR FRANÇOISE DOMALIN

MILITANTE À LA LIGUE DES DROITS DE L'HOMME

MEMBRE DU COLLECTIF D'EDUCATION À LA CITOYENNETÉ ET À LA DIVERSITÉ

« De la violence au conflit »

Deux mots d'abord pour clarifier les notions et bien comprendre de quoi nous parlons.

Violence : action exercée sur autrui pour le soumettre malgré sa volonté : traiter l'autre comme un objet qu'un rapport de forces favorable à l'agresseur permet de contraindre à faire quelque chose qu'il ne veut pas, ou de blesser dans son corps ou son esprit : coups, sévices sexuels, humiliations. La violence peut donc être physique, psychologique mais aussi politique, ou économique. Elle est plus ou moins visible

Le conflit est l'expression d'un désaccord. Ce peut-être une dispute informelle en famille, entre amis, comme, dans le débat public, dans les relations internationales un antagonisme argumenté exposant des points de vue et intérêts divergents. Plus l'enjeu du désaccord est important, plus âpre est le dialogue mais il n'y a pas de violence (insultes, attaques ad hominem et encore moins coups et blessures). On respecte l'adversaire et on cherche des solutions pour satisfaire partiellement chacun. On veut éviter la guerre.

Ces précisions étant données venons-en au sujet du Forum.

Avant d'être un sujet policé ou citoyen conscient de ses droits et devoirs, l'homme est d'abord un animal de pouvoir et de territoire, en concurrence permanente à l'intérieur de son groupe et, au sein de ce groupe, avec d'autres groupes humains.

Malgré une aspiration rationnelle et morale à la non-violence, la nature se manifeste en lui en toutes circonstances : dès l'enfance en famille, dans le couple, à l'école, au travail, avec les relations amicales ou de voisinage, entre classes sociales, entre Etats.

Les Etats eux-mêmes, pour imposer la loi au citoyen disposent d'une violence potentielle légitimée par le vote des citoyens qui leur donne un pouvoir coercitif : obliger, juger, punir, emprisonner. La justice et la police exercent une violence sur l'individu au nom de la société qui a défini certaines règles de fonctionnement auxquelles on doit obéir.

Tout un chacun peut admettre intellectuellement et moralement que l'individu doive faire des concessions pour vivre en société, rogner un peu sur ses désirs propres pour ne pas avoir à subir en retour les volontés d'autrui. C'est une partie du Contrat social.

Tout serait parfait si l'ordre social établi était fondé sur des valeurs humanistes telles qu'exprimées dans la Déclaration universelle des Droits de l'Homme (y compris les droits économiques et sociaux) . Mais ce n'est le cas nulle part, à des degrés divers, et au lieu du respect de la personne humaine et de l'égalité entre tous les citoyens, s'exerce une violence sociale qui pour être moins visible que les agressions physiques ne peut pas néanmoins être

ignorée : hiérarchie, inégalité de fait découlant de l'exploitation de certains par d'autres qui crée une sorte de jungle au sein même des sociétés dites policées.

L'argent, les relations, les connaissances sont les outils d'une violence que subissent ceux qui n'ont rien. (cf Pinçon et Charlot *La Violence des riches*)

Dans ces conditions, il est illusoire de croire que tous les individus se soumettent à un ordre politique qu'ils n'ont pas choisi et dont ils souffrent. Il est assez logique que certains essaient de s'y soustraire en luttant politiquement dans des partis politiques et syndicats, ou en fraudant, en agressant verbalement et physiquement. Opposition politique et délinquance sont deux formes de contestation d'un ordre social jugé insatisfaisant, l'une collective, l'autre individuelle.

Dans une société démocratique, les travailleurs sociaux, enseignants, éducateurs ont pour rôle d'intégrer des populations en difficulté, de les amener à participer à la vie sociale par un mieux-être matériel et moral, de faire en sorte que nul ne subisse ni une extrême misère (par des aides, allocations diverses, surveillance de la santé), ni une trop grande détresse psychologique (isolement, ignorance, discrimination, aliénation). Qui n'a rien à espérer dans sa vie n'a rien à perdre et devient incontrôlable socialement (suicides, attentats, agressions, fuite dans l'alcool et les drogues)

La situation des travailleurs sociaux est délicate : au service de l'État qui est leur employeur, ils sont par vocation et éthique au service de la personne. D'où parfois des doutes et crises de conscience. Pacifier des populations à risque quand on n'est pas sûr de la justice sociale de son pays, cela peut signifier soumettre, imposer ce qui est contestable en conscience.

Mais, aucune société n'étant parfaite à ce jour, il faut tenter de rendre vivable des situations parfois difficilement justifiables en raison, faute de mieux, et pour ne pas vivre dans le chaos.

Aucune société ne peut supporter la révolte individuelle quand elle s'exprime par la violence, qu'elle met à mal la sécurité des personnes et des biens. Toutefois, les souffrances et colères existent et ne peuvent être niées, il faut qu'elles soient dites pour éviter les passages à l'acte délictueux et aussi qu'elles soient entendues et à l'origine d'améliorations politiques, de réformes qui évitent des explosions.

Car la violence étymologiquement est liée à la force, au désir, elle est un moteur de vie puissant quand elle est la marque d'une indignation justifiée et partagée. Mais elle est contre-productive, suicidaire quand elle est le fait d'un individu qui ne sait que rejeter, haïr, détruire sans réflexion, subissant ses émotions sans les contrôler, sans réussir à les exprimer.

Il faut donc faire en sorte que les personnes dont la colère justifiée ou non s'exprime ou risque de s'exprimer par la délinquance gravement préjudiciable à autrui comme à la personne elle-même, puissent exprimer par la parole leurs problèmes. Ce peut être en entretien individuel ou en groupe. Et il faut donc des facilitateurs capables de susciter et d'accueillir cette parole violente, de la « travailler » pour qu'elle devienne doléance, revendication objective ou s'aplanisse par la prise de conscience personnelle de dysfonctionnements internes à régler.

En elle-même la parole est certes partiellement cathartique, thérapeutique, mais il ne s'agit pas ici d'un simple défouloir qui fait chuter la pression, d'une soupape. Il s'agit d'une parole active qui fait reconnaître la personne dans sa dignité et peut redonner du sens à sa vie, permet les projets et donc l'espoir. Être entendu, mais aussi entendre l'autre dont les problèmes sont différents voir antagonistes aux siens. Et découvrir que l'Autre existe, n'est pas un monstre ou un cafard, qu'il est lui aussi un être humain qui souffre et veut vivre mieux, un « être pour la mort » qui a peur et que si les différences existent, si les intérêts sont divergents, le fond d'humanité est le même, ce qui doit induire certaine empathie sans laquelle les rapports humains sont impossibles. Il s'agit de d'apprendre à vivre ensemble, même dans le conflit, de coopérer pour faire bouger les mentalités mais aussi les institutions quand elles sont insatisfaisantes.

Pour réfléchir ensemble sur ces questions en ce 10^e Forum, nous avons invité Monsieur Lhopiteau ce matin et vous aurez la possibilité de participer à 1 des 3 ateliers proposés (et auxquels vous vous êtes inscrits) cet après-midi.

Monsieur François Lhopiteau à qui je cède la parole est à l'origine de la création du premier IFMAN (Institut de recherches et de formation du mouvement pour une alternative non violente) d'abord comme association militante et bénévole puis comme structure professionnelle proposant des stages et formations rémunérés. Monsieur Lhopiteau a été le premier salarié à temps plein de l'IFMAN de Normandie. Le succès de cette structure a entraîné la création de 5 autres IFMAN autonomes mais reliés par une charte commune.

Ces instituts interviennent dans les institutions médico-sociales, au sein des équipes, en analyse de pratique et pour proposer des savoir-faire face à des publics violents.

INTERVENTION DE FRANCOIS LHOPITEAU

PSYCHOTHÉRAPEUTE,

DIRECTEUR DE L'INSTITUT DE RECHERCHE ET DE FORMATION POUR UNE ALTERNATIVE NON-VIOLENTE NORMANDIE (IFMAN)

Vous avez déjà tout dit... Pendant une vingtaine d'années j'ai été animateur social, un homme de terrain, confronté à tout ce qui est passionnant dans le travail social et éducatif ; confronté à tout ce qui est difficile, usant, fatigant. Alors, que sont les conflits, qu'est-ce que la violence ? Quelle est la distinction entre les deux ? Je vais y venir...

Depuis une vingtaine d'autres années, j'ai développé un lieu de formation qui a essaimé et qui travaille précisément sur cette question-là : dans le travail éducatif, dans le travail social, dans le travail associatif et citoyen, comment faire face ?

Il y a un terme que j'aime bien, c'est réguler : comment réguler au quotidien ce que nous rencontrons en tant que professionnels ou en tant que bénévoles associatifs, réguler ces situations qui nous posent problème, qui ne sont pas faciles ?

Mon propos quand on parle de la violence, et tout à l'heure vous évoquiez les événements de janvier dernier, c'est une immense question entre violence politique, économique, sociale, violence des riches, violence institutionnelle... C'est un immense sujet. Je vais me consacrer à la question de *ce qui fait violence*. J'aime bien ce terme-là, ce qui fait violence dans l'action éducative, dans l'action sociale, dans l'action associative. Je vais me centrer sur ces questions-là, c'est déjà pas mal ; je veux bien regarder les autres, je les ai travaillées aussi mais c'est déjà pas mal pour ce matin.

C'est une grande question, je vais m'exprimer pendant une bonne heure en espérant ne pas vous lasser. Comme je n'aurai pas tout dit, il y aura le deuxième temps de la matinée et vous pourrez prendre la parole. C'est important pour moi d'entendre vos questions et vos préoccupations parce que je sais *grosso modo* qui vous êtes, mais c'est important que vous puissiez exprimer vos questions réelles pour que nous puissions échanger ensemble et j'irai plus loin dans mon propos dans la seconde partie.

Alors passer de la violence au conflit... Violence, viol : c'est la même origine. Il faudrait remonter au latin, on pourrait remonter aux grecs. Violence, je vais le dire d'une manière familière, ce qui fait violence c'est d'entrer dans l'autre. Entrer dans l'autre physiquement avec des coups, avec des armes ou avec les poings, avec des gifles... C'est entrer dans l'autre avec les mots. Parfois on ne touche pas, mais je connais des gens à qui on a dit : « De toute façon tu es nul, tu as toujours été nul et tu seras toujours nul ! », il n'y a pas de bleus à la surface du corps mais à l'intérieur, les bleus sont profonds et les blessures psychologiques aussi.

Donc la violence ce n'est pas seulement la face émergée, ce qui est spectaculaire avec des coups physiques mais c'est la face immergée, profonde, de ce qui psychologiquement, moralement, socialement, vient blesser comme vous le disiez tout à l'heure Françoise, vient détruire petit à petit et fait qu'il est difficile de se tenir debout.

La violence c'est se rentrer dedans. Alors le conflit, si c'est différent, qu'est-ce que c'est ?

Effectivement, dans la vie, nous sommes différents. Et forcément nous ne sommes pas d'accord parce que nous avons des désirs différents, parce que nous avons des besoins différents, des croyances différentes, et cependant vivre ensemble c'est s'accorder ou tenter de s'accorder. Et notre quotidien c'est d'essayer de trouver des terrains d'accord, essayer de réguler ce qui fait désaccord ou ce qui fait conflit – prenez le mot que vous préférez. Peut-être que lorsque c'est de basse intensité c'est du désaccord et quand c'est d'une intensité plus forte c'est du conflit. En tout cas, dans notre quotidien, autant que dans notre vie personnelle, vie professionnelle ou vie citoyenne, c'est bien d'ajuster les désaccords pour tenter de trouver accord et vivre ensemble.

Alors comment ça se passe et comment faire pour réguler ce qui fait conflit sans entrer dans ce qui fait violence ? Ou dit autrement : comment diminuer le degré de ce qui fait violence ? Parfois vous et moi nous n'avons pas du tout l'intention d'être violent ni de blesser ou de détruire celui qui est en face mais de fait, en raison de notre statut professionnel ou de notre statut de citoyen, celui qui est en face trouve que ce que nous faisons, ce que nous agissons, vient le faire souffrir. Entre l'intention de ne pas être violent et la réception de ce que nous faisons, parfois il y a un grand écart.

Donc comment réguler pour ne pas entrer dans la violence ou faire diminuer le degré de ce qui fait violence ? J'ai envie d'être très pédagogique pour vous proposer des repères que je vais éclaircir à partir d'un certain nombre d'exemples pris dans la réalité. Je vous propose trois parties, trois moments.

Un premier moment que j'appelle *éléments du conflit*, un deuxième moment que j'appelle *processus émotionnels* et puis un troisième moment que j'intitule *gérer les instants de crise*. A partir de là je proposerai quelques pistes de conclusion pour ouvrir à votre questionnement.

Alors, lorsque nous sommes en situation de désaccord, soit parce que nous sommes professionnels, recevant un usager, soit parce que nous sommes animateurs au cœur d'un groupe, soit parce que nous sommes nous-mêmes avec les autres, nous sommes en désaccord. Alors vous et moi sommes des citoyens civilisés et nous pensons que c'est par la parole que nous allons essayer d'élaborer le moyen d'être d'accord.

Tant que le désaccord n'est pas trop compliqué, nous pouvons parler. Mais dès que le désaccord vient toucher quelque chose d'important chez nous, chez vous, chez moi, la parole devient un peu plus compliquée et ça vient nous toucher profondément, il y a parfois l'émotion qui monte. Alors bien sûr, vous et moi tentons de maîtriser notre émotion, mais le propre de l'émotion est qu'elle ne se maîtrise pas de force. Lorsque l'autre en face commence à être un peu menaçant, ou commence à être un peu piquant, ou lorsque le groupe commence à me déstabiliser parce qu'il se joue un rapport de force entre le groupe et moi qui suis l'animateur, et bien à l'intérieur ça commence à être déstabilisé. C'est de la peur qui monte ou c'est mon agressivité qui se réveille. Et lorsque mon agressivité se réveille... Ou plutôt non, ce n'est pas la mienne, en fait la violence ça vient toujours des autres ! Ce n'est jamais moi bien sûr. C'est bien connu : c'est toujours de la faute des autres ! Alors lorsque l'autre devient un peu agressif, si je veux me faire

entendre, il faut peut-être que je monte le ton. Dans la relation conflictuelle, ce qui se passe c'est que l'émotion monte et que l'émotion de l'un vient réveiller l'émotion de l'autre puis l'émotion de l'autre vient alimenter l'émotion de l'un, etc... On voit la colère monter et le passage à l'acte de violence n'est pas loin.

Dans les situations que nous vivons quand l'agressivité se réveille, comment maîtriser la situation pour ne pas être dans le passage à la violence ? Tout l'enjeu c'est de passer de ce que j'appelle une *relation duelle* - où une personne est face à une autre et l'une et l'autre sont en train de se « rentrer dedans » ou même plusieurs personnes - à une relation où il va être possible de mettre quelque chose de tiers entre les deux parties. Qu'est-ce qui va faire tiers entre deux êtres qui commencent à s'engueuler, qui sont sur le point d'en venir aux mains, qui ne parviennent plus à s'entendre, à s'écouter parce que c'est trop dur, c'est trop fort ? Qu'est-ce qui va venir se mettre entre les deux pour faire tiers et peut-être freiner la montée de ce qui peut faire violence ?

Dans nos sociétés, le premier élément tiers c'est le respect d'une règle, le respect de la loi, le respect d'un cadre. Nous vivons vous et moi en société parce que depuis longtemps, depuis notre enfance, nous avons appris à intégrer un cadre de règles, de lois, parce que - disent les psychanalystes - notre surmoi est là qui veille. Le surmoi qui a intégré un certain nombre de lois et règles et nous contient, nous empêche de passer à l'acte de violence.

Cela fonctionne tant que l'émotion n'est pas trop forte, quand l'injustice profonde vécue par l'un ou par l'autre, par un certain nombre de gens ou quand la justice ou le sentiment d'injustice ou le sentiment d'insécurité est encore contrôlable et fait que l'on peut entendre qu'il y a quelque chose qui s'impose, qui fait tiers, qui est le cadre de règles ou de lois.

Le problème est quand l'émotion devient trop forte. Le ressenti est tellement fort que l'on n'entend plus qu'il y a un cadre pour vivre ensemble parce que lorsque j'ai un désaccord, que j'ai un conflit à résoudre, il faut voir dans quel cadre le parler. Lorsque ça n'est plus possible, alors là c'est l'émotion qui l'emporte et où va-t-on ? On va vers des paroles menaçantes, insultantes et on va vers des passages à l'acte physiques, institutionnels, qui deviennent blessants, violents.

Alors je vais m'arrêter sur cette question du processus émotionnel parce que c'est bien celui-là qui vient nous embarrasser, je dirais au quotidien, nous user au fil du temps, nous fatiguer lorsqu'après avoir vécu un certain nombre d'événements dans la journée ou dans la semaine, nous rentrons chez nous... Ou encore, en tant que citoyens nous sommes épuisés par ce qui nous fait face. Je m'arrête sur cette question de l'émotion. Nous sommes, des êtres humains, des êtres qui ressentons en permanence ce que nous sentons. Je joue sur les mots : nous sentons une odeur, nous sentons à travers nos cinq sens, à travers ce que nous entendons, à travers ce que nous voyons... Et puis peut-être que ça va bien, ça ne nous touche pas trop, mais parfois ça vient nous toucher et non seulement nous sentons mais nous ressentons : ça vient toucher quelque chose à l'intérieur de nous. Et vous et moi, du matin à l'heure où nous nous levons jusqu'au soir à l'heure où nous nous endormons, et parfois nous avons bien du mal à nous endormir, nous ressentons.

Cela peut ne pas trop nous déranger. Par exemple, si je vous regarde là pour l'instant, je ne suis pas trop en train de vous déranger... En tout cas vous ne le montrez pas trop. Mais si mes propos deviennent lassants, si mes propos deviennent trop agressifs ou je ne sais quoi, peut-être que ça va faire monter quelque chose : de l'agacement, de l'indisposition, un certain mécontentement... voire plus. Effectivement, lorsque ce qui nous vient de l'extérieur vient toucher profondément quelque chose qui nous habite à l'intérieur, qui est nous-même, nous pouvons passer du ressenti à l'émotion. L'émotion, ça vient du latin *movere* mouvement et *ex*, extérieur. L'émotion c'est un mouvement de l'intérieur vers l'extérieur et le propre de l'émotion, c'est de ne pas être volontaire, de ne pas être décidée. On ne décide pas de se mettre en colère enfin sauf parfois avec des enfants en jouant à faire les gros yeux... Mais non, quand la colère est là, on essaie de la maîtriser, de la contenir et quand elle est vraiment là, il y a un moment où ça devient difficile et même très difficile ! Parfois ça jaillit malgré nous. Autre émotion : la peur. Parfois on n'est pas à l'aise et on dit : « Non, non, je n'ai pas peur ! ». Il ne faut pas avoir peur et on a beau se dire qu'il ne faut pas, l'émotion est là qui nous prend !

A quoi ça sert ? A quoi ça sert ces colères qui montent et qui peuvent devenir violence ? La violence des autres mais aussi ma part de violence. A quoi il nous sert, nous êtres humains, d'être des êtres vivants avec des émotions ? Alors que depuis Descartes et à travers nos missions professionnelles nous devrions être des êtres rationnels, porteurs de valeurs auxquelles nous adhérons. Mais parfois l'émotion nous empêche d'être en cohérence avec nos valeurs. A quoi il nous sert d'être pris ainsi et d'entrer dans le conflit ?

L'émotion est in-dis-pen-sa-ble à notre survie ! L'émotion ne se décide pas, elle vient pour nous aider – je le dis comme ça – à nous adapter à une situation. Pour nous aider par rapport à celui ou celle que nous sommes profondément. Les émotions et il y en a un certain nombre – j'ai parlé de la colère et de la peur, il y a aussi la tristesse mais aussi la joie ou le dégoût - apparaissent parce que je vis une situation qui vient me toucher et mobiliser quelque chose chez moi.

Je parlais de la colère... Je vais vous raconter quelque chose qui me touche, une petite histoire que j'aime bien raconter. Alors ce n'est pas une histoire professionnelle, c'est une petite histoire personnelle. C'est une histoire de père de famille... Il y en a peut-être qui sont parents parmi vous. C'est une histoire de père de famille avec sa fille adolescente – ma fille, il y a déjà un certain nombre d'années. Alors on n'est pas dans le grand conflit violent mais dans ce petit conflit qui est bien révélateur.

Cette adolescente avait quatorze ans et demi. Un samedi elle revient du collège et annonce à la fin du déjeuner :

« Ce soir je suis invitée à un anniversaire.

- Ah bon ? C'est curieux que tu nous le dises le midi pour le soir... Et c'est chez qui cet anniversaire ?

- Chez Stéphanie.

- Bon, on connaît Stéphanie, ça va ! »

Et alors là quand on est parent il y a deux questions qui se posent :

« C'est à quelle heure l'anniversaire ?

- A partir de huit heures ce soir. »

Pas de problème... Il y a une deuxième question qui est la VRAIE question : « Jusqu'à quelle heure ? ».

Et là elle marmonne :

« Quatre heures du matin.

- Comment ? Il n'en est pas question ! Minuit ce sera bien suffisant. »

Je vous parlais tout à l'heure du désaccord : il est là, le petit désaccord de la vie quotidienne, et vous entendez déjà chez le père quelque chose qui monte. Et alors chez l'adolescente :

« Ouais je savais bien ! Avec toi c'est toujours comme ça ! »

Et ça monte ! Le mécontentement monte, on tente de rester raisonnable, rationnel, de ne pas être dans l'émotion :

« Ecoute, à ton âge, minuit c'est bien suffisant.

-Ouais, ce n'est pas juste ! Mes copines... »

Elles sont toutes en train de négocier dans leurs familles le 4H00 du matin...

« Et puis d'abord avant minuit, il ne se passe rien !

- Raison de plus ! »

Et elle continue :

« Tu ne te rappelles pas ta jeunesse ! »

Elle me regarde et ajoute :

« Je n'ai pas de chance ! J'ai un père qui est vieux ! »

Je vous raconte une histoire banale, mais ça commence comme ça... Tout à l'heure je vous disais que la violence c'est entrer dans l'autre. Alors on n'est pas dans la violence mais on en est déjà, en quelques mots, à se rentrer dedans. Et puis ça monte ! Vous savez, maintenant je vous le dis, c'est dur d'être parent, c'est dur d'être travailleur social, etc... c'est dur ! Comment faire parce qu'on voudrait être juste. Et ça continue... Vous savez, quand ça commence à être conflictuel, on tient ou on négocie. Alors elle dit :

« Bon. Trois heures du matin.

- Minuit et demi ce sera bien suffisant. »

Je vous passe les détails mais la tension monte. L'adolescente se lève, quitte la table, c'est la fin du repas : « Et puis d'abord je sais bien : vous ne m'aimez pas ! »

C'est extraordinaire : dans l'émotion on vient toujours appuyer là où ça fait mal ! Je suis sûr que vous avez des expériences professionnelles où on en vient là, à cet endroit-là ! Là-dessus, elle sort, elle quitte la table, monte l'escalier – vous savez comme font les adolescents – rentre dans sa chambre, claque la porte et là, arrivée en haut, musique à fond histoire de dire : « Les parents je vous... »

Qu'est-ce qu'il se passe dans ce petit exemple ? Il y a un cadre et je vous l'ai dit, je suis garant de la règle. Je veux bien la négocier d'une demi-heure mais pas plus. C'est une règle qui fait tiers. Oui mais il y a l'envie de monter et d'aller lui dire sa vérité ! Comme je travaille depuis de longues années sur ces questions-là, c'est terrible ! Surtout que la musique est à fond !

En fait, l'adolescente est en colère. A quoi ça sert la colère ? C'était ça la question. Y en a-t-il parmi vous qui n'auraient jamais été en colère ? Levez le bras tout de suite. Non ? Donc vous êtes tous en bonne santé.

Je dis que l'émotion c'est quelque chose qui se manifeste spontanément, ça ne se décide pas, pour faire face à une situation, pour essayer de s'adapter à la situation. La colère est le signal d'une révolte. Alors contre quoi ? L'injustice ? Contre l'autorité ? Oui... Elle est surtout là et elle se réveille parce qu'elle est le signal de la révolte contre une impuissance : je ne suis pas assez puissante pour obtenir quatre heures du matin, ou bien : je ne suis pas assez puissant pour obtenir minuit et demi, ou je ne suis pas assez puissant pour obtenir ce que je désire. C'est terrible de vivre l'impuissance ! La colère est à la fois la révolte contre sa propre impuissance – en tout cas du moment - et elle est aussi une énergie d'affirmation de soi. On est sur les deux ressorts à la fois : c'est la révolte parce qu'on se vit impuissant mais on est aussi sur une énergie. L'enjeu est de savoir ce qu'on peut faire de cette énergie.

Alors moi, je prends mon café... Parfois vous savez, boire un petit café, ça calme. D'autres fument une cigarette. Chacun son truc... Au bout de dix minutes, la musique à l'étage baisse un peu. Au bout d'une demi-heure, l'adolescente redescend et elle marmonne :

« Bon vous pouvez venir me chercher à minuit et demi, il y aura aussi Caroline, je lui ai téléphoné et c'est pareil pour elle. »

En fait, de l'utilité du portable : elle a appelé sa copine Caroline qui a des parents du même acabit.

« Ouais, mes parents gnagnagna... »

- Ouais je te comprends gnagnagna... »

Je ne suis pas en train de me moquer des adolescents, je suis en train de dire que l'émotion – je choisis bien mes mots – a besoin d'être *exprimée* sinon elle reste *imprimée*, les « psys » disent *refoulée*.

L'émotion a besoin d'être exprimée sinon elle reste imprimée. Je ne dis pas qu'il faut permettre à l'émotion de colère de tout casser, non, je dis qu'il faut permettre à l'émotion de colère de se dire. Mais pas seulement d'être dite à un mur qui n'entend rien, il s'agit de la dire, parce que nous sommes des êtres humains, il s'agit de la dire et d'être entendu, accueilli dans ce qui vient résonner.

Vous m'avez dit que vous aviez déjà été en colère. Qu'est-ce qui vous fait le plus grand bien ? A défaut de taper, de casser, c'est de pouvoir trouver le collègue, le copain, la copine, l'ami, la personne à qui vous direz : « Ouais j'en ai marre ils me font tous... ! Je n'en peux plus et celle-là... » Et que l'autre puisse répondre : « Ah oui je te comprends bien ! ». Qu'est-ce que ça fait du bien d'être entendu dans ce que l'on vit émotionnellement ! Cela permet non pas de résoudre le conflit ou le désaccord, mais ça permet bien de poser cette énergie psychique qui est là. Si ce n'est pas déposé en étant entendu, accueilli, je dis bien accueilli, il ne s'agit pas de dire « Ah ouais je comprends t'es en colère... » sur un ton détaché, non c'est : « Oui ça te fait quelque chose ! ». Ce qui permet de poser cette colère, de la déposer.

Je sais combien d'hommes, de femmes, d'enfants, de jeunes, de vieux vivent des colères, en vivent une première, mais ne peuvent pas l'exprimer, en tout cas ne sont pas entendus dans ce qu'ils expriment, ne sont pas accueillis. Alors ils vont l'imprimer, puis une seconde, toujours pas entendue, donc on va en imprimer une deuxième, puis une troisième puis une quatrième... Jusqu'à dix, vingt colères et parfois quand c'est la vingtième qui sort, face à vous, ce n'est pas seulement la vingtième qui sort, c'est tout ce qui est derrière, tout le chapelet des colères précédentes, parfois des colères refoulées profondément et des blessures profondes qui ressortent. On est sur cette question-là : comment permettre à l'émotion d'être exprimée, donc de se poser ? Cela ne veut pas dire qu'ensuite il n'y a pas l'énergie pour regarder ce qui fait désaccord. On n'est plus dans la description du processus émotionnel qui va faire "tout péter".

Il en va de même pour la peur. Heureusement que nous avons peur ! La peur vient me dire mes limites, mes limites du moment. Elle va me dire : « Là tu ne sais pas faire ». Quand je ne savais pas faire de vélo, gamin, j'avais peur et puis j'ai appris à faire du vélo. Quand je ne savais pas faire face à des publics difficiles que j'ai fréquentés dans mon métier, je me souviens que j'avais peur. Je ne dis pas que je n'ai plus peur, j'en garde toujours un peu, mais j'ai appris à faire avec. La peur est là pour dire tout de suite : « Tu es dans ta limite ». Heureusement que nous avons peur : parfois sur la route j'ai peur et ça me permet de lever le pied un peu, de ralentir et de me mettre en sécurité. C'est important parce que souvent on dit : « Mais il ne faut pas avoir peur ! » ou : « N'ayez pas peur ! » ou : « Ce n'est pas beau d'avoir peur ! D'abord tu es un homme ? » On l'autorise aux filles mais les garçons n'y ont pas droit. On refoule cette émotion de peur qui est là. Non, on peut avoir peur et le parler et le poser. Je fais ce grand détour par la question de l'émotion parce qu'elle est bien là, dans la problématique de la violence. Le passage, l'énergie, la pulsion qui vont tout d'un coup faire passer à l'acte de violence sont souvent proportionnels à tout ce qui a été imprimé, refoulé émotionnellement.

Alors comment faire dans les situations de crise où il s'agit de "gérer" une émotion de colère qui peut passer à l'acte de violence ? Je disais tout à l'heure au début de mon propos : passer d'une

situation duelle où on est en rapport direct, on est en train de se "rentrer dedans", à une situation où on va mettre quelque chose de tiers entre les deux. J'avais animé en Normandie une formation dans un centre social de quartier dans une ville semblable à celle-ci, Allonnes. On avait travaillé notamment en jeux de rôles sur cette question : « Dans une situation de conflit où la violence peut surgir, essayer de mettre du tiers, trouver quelque chose qui fasse tiers ». Sachant que parfois le rationnel ne fonctionne plus, on est dans l'émotion.

Il y avait Leïla, une animatrice, spécialiste de théâtre, qui avait bien intégré cette question-là. Un mois après la formation, elle me raconte qu'elle a été amenée à mettre en œuvre ce qu'elle avait tenté d'apprendre. En effet ce jour-là, dans le centre social, rentre celle qui était – c'était une femme – la caïd du quartier, avec toute son histoire. On avait interdit la veille au soir à ses copains et ses copines de rentrer avec des packs de bière dans le centre social – bon, chose qui me paraît correcte – et elle arrivait le matin à dix heures, à l'ouverture du centre social pour dire : « C'est pas vous qui faites la loi ici ! On peut même plus venir s'amuser au centre social ! ». C'était une histoire compliquée, avec quelqu'un qui avait quelques affaires avec les armes.

Elle était rentrée avec la main dans le blouson et dans le blouson on ne savait pas si c'étaient les deux doigts de la main ou si c'était davantage. Elle entre comme une furie dans le centre social, s'adressant à Leïla : « Où est la directrice ? Je vais aller lui faire la peau ! ». Leïla me raconte : « Je n'ai pas eu le temps de lui répondre quoi que ce soit : elle savait où était le bureau de la directrice qui était juste en face. Elle fonce dans son le bureau, entre comme une furie en la menaçant de mort immédiate ! ». La directrice, même si elle connaissait son métier, si elle se disait « Il ne faut pas que je rentre dans l'émotion, il faut que j'apprivoise ma propre émotion... ». Tous les discours théoriques que l'on fait en colloque ou en formation... Surtout elle connaissait l'histoire lourde de cette personne du quartier. Leïla me dit : « Je n'ai fait ni une ni deux, je me suis dit qu'il fallait un élément tiers, il fallait faire quelque chose. »

Un élément tiers ce n'est pas lui rappeler la règle qu'il faut demander un rendez-vous pour aller voir la directrice, qu'on ne doit pas menacer de mort, c'est interdit, etc. On est dans l'émotion, qu'est-ce qui peut faire tiers ? Alors elle ne fait ni une ni deux : elle ramasse le plateau du café pris en équipe à neuf heures et demi, la cafetière avec le café qui n'était plus très chaud, elle met deux tasses, elle prend le plateau, elle arrive à la porte de la directrice, elle frappe mais elle entre en même temps et dit : « J'ai pensé qu'un café vous ferait plaisir. »

Je dis ça parce que lorsqu'on est dans l'émotion, dire : « Calmez-vous ! », « Apaisez-vous ! ». Ça ne marche pas ! Il s'agit de trouver ce qui va faire tiers pour apaiser l'émotion ou bien j'ai envie de dire surprendre l'émotion, alors on passe à autre chose. Et là, la caïd qui avait toujours la main dans sa poche sans que l'on sache si elle avait une arme ou pas, dans sa furie, qui avait déjà frappé, se retourne vers elle et lui dit : « De quoi tu t'occupes ? Bouge pas ça va être ton tour ! » Et Leïla me dit : « Je ne bougeais plus. » Elle continue à vociférer contre la directrice et il y a deux otages dans le bureau... C'est bien le coup du tiers mais ça ne marche pas !

A nouveau elle se retourne vers Leïla : « Tu te moques de moi ! De toute façon tu sais bien, je n'aime pas le café, je ne prends que du thé ! »

- « Et bien si ça peut vous faire plaisir. » Elle n'a pas demandé si c'était avec du lait ou sans lait, elle a posé son plateau : « Je vais faire du thé. » Elle est ressortie et elle est revenue rapidement avec son thé. Et puis ça a fait quelque chose qui a fait descendre la pression...

En vous donnant cet exemple, pour moi ça veut dire qu'au cœur de l'émotion je vous propose trois repères. Dans l'instant de crise, au cœur de l'affrontement, le premier repère – j'ai envie de dire le premier levier, c'est le plus difficile – c'est apprivoiser sa propre émotion. J'y reviendrai tout à l'heure. Le deuxième, est de lui offrir un espace pour exprimer son émotion. Effectivement, mon adolescente à l'étage c'est moins compliqué qu'au centre social. Et puis le troisième levier c'est quand on est pris avec ce que l'on vit : l'autre est pris aussi avec ce qu'il vit. C'est cet élément tiers – c'est une chose que vous faites aussi, vous ne m'avez pas attendu – cet élément tiers pour offrir une sortie honorable à l'émotion. Parce qu'effectivement dans le bureau on s'est mis à boire le thé ou le café à moitié froid : ça a fait baisser les tensions, y compris les cris et vociférations de cette caïd qui avaient alerté tout le monde dans le hall. Et quand on est la caïd on ne peut pas ressortir humilié. Elle peut ressortir en disant : « Oui je me suis un peu énervée mais j'étais venue boire le thé, quoi. »

Je dis ça de manière un peu raccourcie, je pourrais donner plus de détails, mais c'est cette problématique : dans cet instant de crise, au cœur des émotions qui s'affrontent, qu'est-ce qui va faire tiers pour faire surprise à l'émotion, faire redescendre l'émotion ? Sachant que, lorsque les choses sont redescendues, en l'occurrence ce jour-là des menaces de mort caractérisées, un peu plus tard et pour protéger le personnel du centre social une plainte a été déposée, retour à la loi, retour au cadre, parce qu'on ne peut pas laisser des propos hors cadre.

Je disais *apprivoiser* sa propre émotion. C'est le premier levier, le plus difficile. Jacqueline, la directrice, je la connaissais bien. Elle était complètement prise dans la peur, toute expérimentée qu'elle était de longue date, alors sur le moment apprivoiser la peur n'est pas très facile. Mais une émotion de peur qui vient s'empiler sur d'autres émotions de peur précédentes ou qui vient toucher des peurs plus profondes... L'apprivoiser, ça veut dire que c'est pouvoir en parler. Après, la question est : « Où est-ce que je peux la parler, mon émotion de peur ou de colère, où peut-elle être entendue ? » Pour pouvoir en reparler en travail d'équipe, en travail d'association ou en travail de supervision. Je peux entendre la colère de l'autre si moi je suis allé visiter un petit peu ce qui vient déclencher consciemment voire inconsciemment mes propres réactions de colère.

Cela n'empêche pas de vivre la colère, mais comment je vais voir ça ? C'est pour ça que je dis bien « apprivoiser » la colère, je ne dis pas « maîtriser » parce que pour moi ça n'existe pas « la maîtrise » de l'émotion. Vous savez il y a ceux qui contrôlent tout, sauf que là on voit bien sur un petit pli du visage que non, ce n'est pas contrôlé... Le non-verbal parle bien de ce qui n'est pas contrôlé, si le verbal dit : « Je contrôle. » Pourquoi je parle d'apprivoiser ? Alors là j'en parle facilement, c'est de la théorie. Je sais que ce n'est pas facile ! Parce que ça vient nous toucher dans ce qui nous appartient, ce qui nous est intime. Nous sommes professionnels ou nous sommes citoyens engagés, nous ne sommes pas des personnes nous mettant à nu. Cependant, dans le professionnel comme dans le citoyen il y a la personne et c'est celle-ci est touchée.

Je disais : *offrir à l'autre un espace pour exprimer son émotion*. Je vous disais tout à l'heure que ma fille m'avait dit : « D'abord je sais bien que tu ne m'aimes pas ! » Mais ça fait mal ! Ou pour prendre d'autres exemples et vous en avez des tas de vécus, lorsque l'autre exprime ce qu'il ressent, ça vient toucher ! Comment lui permettre d'exprimer longtemps ce qu'il ressent, comment se dire : « En fait, il parle de lui » ? Pourquoi est-ce que je me sens jugé ? Non, je l'aime, ou je suis un bon citoyen actif, ou un bon professionnel actif... Oui mais ça vient toucher. Cependant il a besoin d'exprimer, il a besoin d'être entendu, et c'est toute la question de comment - pour permettre d'exprimer – je fais *un pas de côté* pour lui offrir une écoute.

Alors je pourrais avec vous examiner plus profondément cette gestion de l'instant de crise. Mais je pense que notre travail face à la violence, c'est bien à la fois *d'ouvrir de l'écoute* pour que l'expression émotionnelle puisse se faire et *faire respecter le cadre*.

Si j'essaie d'apporter quelques repères généraux et pratiques, la question qui se pose derrière toutes ces expressions émotionnelles, c'est qu'il y a du besoin et du désir. Nous sommes des êtres de besoin et de désir. Vous me direz que c'est à peu près la même chose ces deux mots-là. Il y a une vraie différence entre besoin et désir. Les besoins - de boire, manger, dormir – doivent être satisfaits. C'est une question de vie, de survie – boire, manger, dormir – mais aussi avoir une identité, avoir de la sécurité, ce sont des besoins de base et pour ceux qui ont un peu étudié la question, parfois on parle de la pyramide des besoins de Maslow¹.

A côté, il y a les désirs. Nous sommes, nous les êtres humains, des êtres de désir : nous désirons beaucoup de choses. L'été arrive, peut-être que vous regardez déjà du côté des vacances... Peut-être que vous avez déjà des projets, du désir de vacances là-bas, à tel endroit. Le propre du désir est celui-là : vous partez en vacances dans ce lieu que vous avez désiré toute l'année pour quelques jours ou quelques semaines, et lorsque le dernier jour vous revenez de vacances, vos congés sont terminés, votre désir a été satisfait parce que vous êtes allés là-bas, que vous désiriez tant, de quoi rêvez-vous ? Des prochaines vacances ! Du désir qui à peine satisfait comme le phénix, renaît de ses cendres. Le propre du désir : à peine est-il satisfait qu'il renaît. A la différence du besoin : quand vous avez mangé, vous n'avez plus faim, sauf si vous avez du désir de gâteau au chocolat et que vous n'avez plus faim mais vous en reprenez quand même ! Là c'est du désir, avant c'est du besoin.

Nous sommes entre l'un et l'autre, confrontés à cette double question : comment je lis ce qu'il y a derrière l'émotion qui jaillit ? Je lis qu'il y a un réel besoin, un besoin de sécurité, un besoin d'écoute, un besoin d'identité, d'être reconnu... ou alors je lis un désir de toute-puissance, un désir de faire sa loi.

Pour beaucoup de personnes qui passent à l'acte de violence de manière psychique, ou parfois de manière menaçante et de temps en temps physique, je remarque combien ces personnes ont peu rencontré de cadres structurants face à leurs désirs. Je connais nombre de situations éducatives – et vous en connaissez sûrement – où face au désir de l'enfant, voire du tout petit

¹**Abraham Harold Maslow** (1er avril 1908 - 8 juin 1970) est un célèbre psychologue américain, considéré comme le père de l'approche humaniste, surtout connu pour son explication de la motivation par la hiérarchie des besoins, qui est souvent représentée par une pyramide des besoins.

enfant, pour de multiples raisons, parce qu'on a été soi-même un enfant malheureux précédemment ou parce qu'on ne sait pas comment faire et qu'on a envie que l'enfant soit heureux, non seulement on dit oui à son besoin : il a faim, mais on dit oui à son désir et comme on a dit oui à son désir et bien il a été à peine satisfait que le désir suivant arrive et les désirs n'en finissent pas ! Alors que le désir a besoin de rencontrer – je choisis mon terme - la frustration. Ce n'est pas le « non ! » bête : « C'est comme ça et ne cherche pas à comprendre ! » La frustration doit être porteuse de sens. L'une des toutes premières frustrations du petit enfant, après qu'il ait bien tété, après qu'il ait eu son biberon, après qu'il ait eu son câlin, après qu'il ait été changé, sa frustration c'est d'être remis dans son lit ou d'être déposé à la crèche ou chez sa nounou. C'est d'être dans le sentiment d'être abandonné. Si ses besoins sont satisfaits, son désir sera de rester dans les bras de sa mère, dans les bras de son ou ses parents.

L'enjeu c'est la parole que nous allons mettre sur la frustration momentanée que nous mettons au désir de l'enfant : « Oui tout de suite je te recouche... » ou : « Tout de suite je te dépose mais tout à l'heure je te reprendrai. » Alors me direz-vous, mais tout petit il ne comprend pas ! Ils sentent très bien le sens de ce qu'on leur dit. Même si les mots ne sont pas conscients encore, lorsqu'il vérifie que ce qui est annoncé se produit, alors la frustration mise à son désir lui permet d'accéder à du sens et d'intégrer une règle : « Tout de suite je suis tout seul, mais tout à l'heure je retrouve satisfaction de ce que je désirais. »

Parce que nous sommes des êtres de parole, l'enjeu, lorsque nous opposons une limite, une frustration au désir, est bien de mettre le sens. Je dis non tout de suite et ça va conduire où ? La frustration permet d'accéder à du sens, permet de découvrir que sous la règle qui est imposée, sous la loi qui est imposée, il y a un sens à vivre. Dans tous les passages à l'acte de violence, il y a plusieurs enjeux. Il y a l'enjeu de l'émotion non contenue, il y a l'enjeu du besoin non satisfait. Le besoin de reconnaissance, le besoin d'identité et le besoin d'écoute sont des besoins majeurs dans notre société – mais se pose aussi la question : comment offrir de la structuration au désir, non pas pour imposer une loi, n'importe laquelle, mais pour faire accéder à du sens ? Y compris : je ne sais pas quelle est la bonne loi, je ne sais pas quelle est la bonne règle. Toutes les règles et toutes les lois peuvent se discuter et peuvent évoluer par la parole, la prise de parole, par le débat. Mais elles évoluent parce que derrière l'acte de violence on a permis l'écoute des besoins et l'émergence d'une quête de sens.

Pour moi le repère majeur pour *passer de la violence au conflit*, ou pour ne pas passer à la violence et être dans la régulation de ce qui fait désaccord ou de ce qui fait conflit, c'est de me dire : dans cette situation-là, pour ne pas rester dans une relation duelle il faut introduire un tiers. Le tiers du cadre de la loi, le tiers de la gestion de l'émotion, le tiers de ce qui vient faire écoute. C'est toujours se dire : « Là je suis dans quel statut ? Et là je ne peux pas être tout-puissant ». Un certain nombre de fois on a l'envie de la toute-puissance et abuser de son statut de professionnel. Comment est-ce que je vais trouver du tiers en passant le relai, ce sont ces questions-là... Il y a mille options de tiers et c'est le propre de vos métiers mais c'est bien là ce qui va permettre de passer à la parole, qui va permettre de regarder ce qui fait conflit, regarder ce qui fait désaccord, sans entrer dans un processus de violence.

Je m'arrête là pour l'instant.

ECHANGES AVEC LA SALLE

Françoise Domalin

On va d'abord prendre deux questions qui se ressemblent : où trouve-t-on l'élément tiers ? Comment le trouve-t-on ? Et je n'ai pas compris comment faire ce pas de côté quand quelqu'un en face de moi, en colère, fait marcher mes émotions et ma propre colère ? Et s'il y a d'autres questions sur ce thème-là elles peuvent être posées oralement, François Lhopiteau va y répondre d'abord.

François Lhopiteau

Ce que je vous propose, là deux papiers deux questions, face à la colère de l'autre et ma propre colère, et puis est-ce que celui/celle qui l'a écrite à envie de prendre la parole ? Et même si vous ne l'avez pas écrite, si vous envie, oui voilà ! De dire « ma question est proche » ou « ma préoccupation elle est dans ce coin-là » ça permet aussi que la parole circule et de ne pas entendre seulement la mienne. (*Silence*). Ça c'est vous ? (*désignant quelqu'un du public*).

Participant

Oui en fait je n'ai pas bien compris comment, quand on est dans une situation de crise, face à quelqu'un qui nous rentre dedans, comme la directrice du centre social, comment est-ce qu'on peut dans ces cas-là, faire ce pas de côté, contrôler sa propre émotion et sa propre colère ?

François Lhopiteau

Alors, j'ai envie de dire « on fait ce qu'on peut » (rires). On fait ce qu'on peut avec celui/celle que l'on est. Et comme on est ! Parce que le matin, le soir, le lundi, le vendredi, le début de l'année, la fin de l'année, ce n'est pas pareil. Je fais ce que je peux avec celui que je suis. Plus précisément, j'en profite pour répondre à une autre question « pouvez-vous nous redire les trois leviers dans le moment de crise ? ». Je disais pour moi trois leviers.

Le premier le plus difficile, c'est bien la question que vous posez qui est d'appivoiser ce qui fait émotion chez moi. Je vais y venir.

Deuxièmement, essayer d'offrir à l'autre un espace pour exprimer son émotion.

Et troisièmement, recourir à un élément tiers pour offrir une sortie honorable aux émotions.

Trois leviers que je propose, sur lesquels je tente aussi de m'appuyer. Le plus difficile, de toute façon on ne peut rien faire chez l'autre, on ne peut faire que chez soi-même.

Et le plus difficile, c'est de faire avec ce qui, je prends ce terme-là, a déclenché chez moi-même une émotion. Ce qui est déclenché, parce que je suis fatigué, je n'en peux plus, ou beaucoup plus subtilement parce que ça vient toucher quelque chose qui intimement m'habite profondément. Je ne suis pas complètement conscient de ce qui se joue chez moi. Ça va être telle personne, un

homme, une femme, un plus jeune, un plus âgé... je dirais inconsciemment il me rappelle une figure que je ne supporte pas.

Si je vous parlais juste de moi-même, je dis ça parce que j'étais terrorisé devant mon institutrice de CM1, terrorisé ! J'étais un petit peu terrorisé par ma mère aussi (rires). Cependant l'une et l'autre m'aimaient, et moi j'avais peur. Et puis j'étais terrorisé par une directrice de colonie de vacances. Je pourrais continuer comme ça, tout homme que je suis, je vous parle un petit peu de mon intimité mais comme ça c'est facile, je le sais, c'est plus difficile en le découvrant. Une figure d'autorité féminine, je perdais mes moyens. Je suis allé en tant que militant d'association, négocier des subventions auprès de services administratifs et à cette occasion j'ai rencontré une chef de service qui faisait son boulot. Elle n'avait rien fait pour mais elle me terrorisait. Ceci alors que j'avais 40 ans. Je dis ça parce qu'il y a des choses qui viennent me toucher. Alors c'est parce que je me suis questionné : « Mais qu'est ce qui ce passe toujours pour moi ? », ainsi j'ai pu apprivoiser mes propres émotions. Là je parle du plus intime, d'une part inconsciente.

Plus simplement, j'ai conscience que celui-là ou celle-là me met en colère. Je ne vais même pas vous parler d'un usager mais d'un collègue que j'ai supporté pendant des années. Il avait un caractère plutôt psychorigide. Et moi je suis plutôt fluide, empathique. Ses rigidités bureaucratiques, administratives qui étaient aussi son moyen de se protéger, m'insupportaient. Combien de fois ça m'a mis en colère... alors j'étais parfois en colère, je dis ma colère, je vous rejoins, mais j'ai aussi pu aller la dire, non pas à tout le monde parce que si je commence à faire circuler dans les couloirs des rumeurs et des rancœurs... J'ai pu la dire mais dans un espace plus clos, combien de fois ma conjointe m'a entendu râler le matin sur ce collègue ! Mais qu'est-ce que ça me faisait du bien ! Mais je l'écoutais aussi râler sur les siens. Je le dis car nous sommes touchés dans une part consciente mais aussi dans quelque chose qui vient nous chercher plus loin.

Quand je dis apprivoiser, je me permets de reprendre des échanges que j'ai eu durant la pause avec certains d'entre vous, qui évoquaient leurs responsabilités de direction, tout ce qu'ils prennent, tout ce qu'ils prennent, tout ce qu'ils prennent... et je ne suis pas surpris, je sais, pour avoir été en responsabilité de direction ou d'animation, les difficultés pour se réunir dans un espace entre pairs. Un espace confidentiel, ce n'est pas une réunion de service, une réunion institutionnelle, c'est un espace confidentiel pour pouvoir déposer tout cela et dire qu'on en a marre ! Qu'on en peut plus, que ça fait chier ! Je le dis parce que c'est ça. S'autorisant ainsi à déposer tout ce qui vient s'imprimer que l'on essaie de contenir parce qu'on est en responsabilité d'animateur, de directeur, directrice, et qu'on prend beaucoup.

Dans notre société d'aujourd'hui, société souffrante, mais la société d'hier souffrait aussi. La société d'il y a cinquante ans, elle souffrait aussi. Et la société d'il y a cent ans, elle souffrait aussi. Une différence importante est que la société d'hier, d'avant-hier vivait davantage communautairement, je ne suis pas en train de défendre le communautarisme. Elle vivait davantage communautairement, on appartenait à une classe sociale, la classe ouvrière ou on appartenait...enfin il y avait des grands corps sociaux autrefois, je parle de la classe ouvrière mais c'était aussi l'église mais c'était aussi le mouvement laïque dans lesquels on se retrouvait sur des

valeurs mais aussi pour partager ce qui faisait souffrance ou ce qui faisait sens ! Aujourd'hui dans une société davantage individualisée, il y a moins d'espaces pour pouvoir partager, dire les valeurs communes, ce qui fait sens mais aussi ses souffrances. Dans la classe ouvrière par exemple, on pouvait dire ses souffrances, y compris les crier, les organiser mais voilà on pouvait les exprimer. Aujourd'hui, il y a moins d'espaces collectifs d'appartenance où on peut déposer tout ça. Ça veut dire qu'il y a lieu de recréer des espaces. Alors on ne va pas recréer des groupes d'appartenance d'autrefois, en tout cas professionnellement.

Françoise Domalin

Je pense que les forums, les réseaux sociaux, Facebook, jouent un peu ce rôle-là, on voit des gens s'exprimer, se défouler, ils ne parlent pas à leurs voisins de palier mais ils parlent avec la terre entière par le biais du net.

François Lhopiteau

Ce qui me semble important, c'est cette question de la souffrance, la souffrance vécue a besoin d'être dite, alors les réseaux sociaux permettent de le dire mais elle a besoin d'être accueillie ! Accueillie ! Mais quand je dis accueillie, ce n'est pas « ouais je vous comprends, vous êtes un pauvre prolétaire, vous vivez des difficultés », non. Elle a besoin d'être accueillie avec « Ah, ça fait quelque chose ! ». Pas dans le sens où « ça me fait quelque chose et je vais me mettre directement à votre secours », non. Elle a besoin d'être accueillie parce que cet accueil, empathique, permet de la déposer. Le problème c'est que la souffrance n'étant pas accueillie, elle rebondit. La souffrance des familles, je vais prendre l'école et je peux prendre le centre social, je vais prendre les deux. La souffrance des familles, elle tombe sur les enfants ça il n'y a pas de problème. Les enfants qui sont enfants ou adolescents, ils la renvoient sur les profs qui n'en peuvent plus et les profs qui n'en peuvent plus renvoient sur leurs cadres, qui à leur tour n'en peuvent plus. Et comme on souffre et qu'on n'est pas entendu, on fait de l'autre un bouc-émissaire. Ça ne va pas c'est de la faute du prof ! Ça ne va pas c'est la faute de l'administration ! Moi je vois beaucoup de lieux où les animateurs n'en peuvent plus parce qu'ils reçoivent beaucoup d'agressivité. C'est alors la faute du directeur/directrice du centre social, après c'est la faute du centre social qui...voilà. Ça rebondit. C'est pourquoi je crois qu'il y a besoin d'espaces confidentiels, quand on est un réceptacle, où l'on peut déposer cette souffrance.

Françoise Domalin

Une question qui va dans ce sens et que je comprends bien. Quand la colère s'exprime avec de la parole très bien mais quand un enfant/élève ne veut pas travailler, déchire son cahier renverse sa table, comment accueillir sa violence à long terme ? Alors l'Education Nationale est extrêmement mal lotie, j'ai été professeur moi-même, et quand on est confronté à ce genre de situation, il n'y a pas de lieux de paroles et d'échanges. Pourtant beaucoup de professeurs, de collègues et des jeunes professeurs sortis de l'université se trouvent confrontés à des cas de ce genre, des enfants en souffrance exprimant les souffrances de leurs familles déversent à l'école leurs problèmes et souvent rien dans la formation des enseignants ne les prépare à régler ce

genre de situation, absolument rien. Il n'y a aucune formation à ma connaissance pour gérer les groupes difficiles et des enfants avec des attitudes de ce type.

François Lhopiteau

Alors j'y viens mais je finis de répondre à Monsieur. Est-ce que je dis à celui qui est en face de moi ma propre colère ? Est-ce que je peux m'en empêcher ? Je pense qu'il y a d'une part ce que je peux faire et d'autre part la nécessité d'affirmer ce qui est important pour nous. L'autre rencontre une limite parce qu'il entend que je lui dis, pas la limite comme ça, gentiment. Non, je lui dis parce que je l'habite et je l'habite avec ce que ça déclenche dans l'affirmation de moi-même.

Alors comment faire pour accueillir l'élève qui disjoncte régulièrement dans la classe ? J'ai été animateur de centre social, aussi quelques années professeur. C'est plus dur d'être professeur qu'animateur. Enfin je fais un raccourci. Pourquoi ? Parce que vous êtes, vous les enseignants seuls face à tout ce qui émerge d'un groupe, de plusieurs groupes classe. Et vous vous en prenez en face, de la défiance, des actes qui font violence qui sont des expressions de souffrance. Les animateurs ou les autres travailleurs sociaux, vous vous en prenez aussi, vous avez une petite chance c'est que vous avez un métier où il y a nécessité de travailler collectivement, donc de pouvoir aussi reparler collectivement ou porter collectivement alors que je sais bien que non pour les enseignants. Alors il y a la salle des professeurs où on tente de dire.

Alors le comment faire, personnellement je n'ai pas de solution magique. Ce que je sais c'est que j'ai été formateur et que je fais partie d'une grande équipe qui travaille avec des enseignants à travers des sessions de formation de plusieurs jours où on va aller travailler ça. Quand un élève disjoncte devant toute la classe, il y a un double défi : comment gérer le jeune dans son individualité souffrante et comment gérer le groupe avec toute cette émotion ? Alors pour moi ça ne peut pas se gérer tout seul parce qu'on est à nouveau dans le duel, ça ne peut se gérer qu'avec du tiers, mais pas du tiers où je l'envoie chez le Conseiller Principal d'Éducation (CPE). Je connais ça, on envoie chez le CPE ou chez la directrice adjointe qui va se débrouiller. Comment apaiser la relation ? Qu'est ce qui se joue ? Comment ça se travaille ? Qu'est-ce qui se dira ? Comment, par un accueil, par une personne tiers, un CPE, un surveillant ou autre on va permettre l'apaisement de l'émotion ? Je pourrais vous raconter des histoires la dessus. Comment tout ça se parle dans une solidarité entre éducateurs, entre enseignants qui ont une grande mission éducative ?

Françoise Domalin

En ce qui concerne le cas de l'élève là, j'ai été confronté moi-même à des situations comme ça : un enfant qui ne veut pas travailler, qui déchire son cahier, qui renverse sa table. Les trois quarts du temps c'est parce qu'il est en difficulté, sûr qu'il ne saura pas faire, qu'il ne sera pas bon. Et peut être qu'une des solutions est de lui dire qu'on entend qu'il aura du mal. Je sais que ce n'est pas facile dans un groupe classe, qu'on entend bien qu'il y a quelque chose qui ne va pas, que ce n'est pas facile pour lui, de lui proposer d'aller travailler à l'extérieur avec quelqu'un.

Je me souviens d'un gamin qui terrorisait le collège dans lequel je travaillais c'est-à-dire qu'on n'arrivait pas à l'exclure, on sortait toute la classe et le gamin restait dans la classe. Il a été sorti par quatre pompiers pour vous donner une idée. Je l'avais eu dans un groupe de soutien où ils étaient en petit nombre et il n'avait jamais rien écrit depuis le début de l'année. Et je lui ai dit : « je crois que tu as plein de choses à dire, ne serait-ce que parce que tu es en colère. Je crois que tu as un peu de mal à écrire alors si tu veux, tu vas essayer de me dicter, moi je vais écrire ce que tu as à dire, au début, et puis quand ce sera amorcé, peut être que tu y arriveras toi ». Et ça a vraiment débloqué la situation avec moi. En lui servant de secrétaire dans un premier temps, je lui donnais une occasion de s'exprimer. Et il a repris, vous savez c'est un peu comme quand on apprend à lire à des enfants, les chinois font ça, les anciennes maitresses vous mettent le stylo dans la main, on prenait la main et le porte-plume en même temps, il y a quelque chose qui est de l'ordre de l'empathie profonde, on est pas en face à face mais à côté de vous, qu'on vous prend la main et qu'on vous aide à former les caractères, là c'est pareil : « Tu n'y arrives pas, tu es en panne, ce n'est pas grave, je vais te donner deux trois mots et ça va redémarrer ».

Ce sont des petits trucs de PNL (programmation neurolinguistique) qui fonctionnent assez bien. Enfin en ce qui concerne le cas dont je voulais parler, le gamin qui n'avait jamais rien écrit, a écrit un texte absolument magnifique que j'ai conservé dans lequel il disait contre tout bon sens que son grand désir à lui ce serait d'intégrer les compagnons du devoir, de faire de la restauration de meubles anciens, ce qui était complètement incongru vu son comportement, son niveau, tout ce qu'il avait fait. Mais c'était son désir profond et il a fait un texte absolument magnifique, absolument inespéré. Et des espèces de pépites comme ça, ça arrive quand on peut débloquer la situation. Il était extrêmement en colère, des colères qui tournaient à quelque chose de pathologique.

Participant

J'entends bien qu'il faut accueillir la parole, offrir un espace où l'émotion peut s'exprimer. Dans quelle mesure à offrir un espace de parole trop important ne vient-on pas alimenter la colère ? Si on ne la limite pas dans son expression. Je suis éducateur pour la protection judiciaire de la jeunesse, j'étais en foyer à l'époque, je vois un jeune qui entre dans mon bureau dans une colère incroyable, on écoute et puis on se rend compte qu'il tourne en rond. Il s'alimente et puis on se dit qu'on va écouter et tant qu'on va écouter ça monte, ça monte, ça monte, ça tourne en boucle. On essaie des tiers, on va fumer une clope, boire un café, on sent qu'il ne veut pas sortir, il attend quelque chose c'est de pouvoir exploser. Est-ce qu'à un moment si on est trop à écouter est-ce qu'on ne favorise pas l'émergence d'un passage à l'acte, et qu'à un moment, vous parliez de structurer, vous parliez de frustration, est-ce qu'à un moment il ne faut pas le frustrer dans l'expression de son émotion ?

François Lhopiteau

Là vous parlez dans le cadre d'un jeune qui est en foyer éducatif et si je comprends bien, un jeune qui vient avec un grand paquet de souffrances, une histoire. On est sur un travail éducatif dans la durée, je suis bien d'accord avec vous, il peut venir exprimer sa colère et s'entretenir dans cette expression de colère dans votre bureau d'éducateur. Du coup il n'est plus en train de

s'exprimer, il est en train de tourner en rond. Je suis d'accord avec vous, il faut mettre une limite. Ça peut être « j'ai entendu ce que tu m'as dit et pour l'instant je ne peux pas aller plus loin ».

Il y a une question que j'aime bien : « comment faisons-nous quand nous sommes dépassés par notre colère ? Posée par un Stagiaire BPJEPS CEMEA.

Ce n'est pas grave d'être dépassé par sa colère, tant que vous n'avez tué personne. Peut-être que vous avez blessé un peu quelqu'un, on ne sait pas. Ce qui est important quand on est en posture d'animateur, éducateur, ce qui me semble important, c'est à un moment, moi ça m'est arrivé d'être pris par ma colère, et quand j'étais débutant je m'en rappelle très très bien. Et aussi mon fils qui me disait « c'est toujours là où ça nous concerne le plus que c'est le plus prégnant ». Il me disait « mais papa tu es en colère ? » je lui disais « non, non je ne suis pas en colère ». Et cette question il me l'a posé plusieurs fois. Depuis, c'est un adulte, ça me fait un peu de peine mais c'est comme ça, c'est un adulte qui ne montre pas ses émotions, il n'a pas d'émotions dit-il. Je crois que c'est important d'être en colère et de ne pas le cacher. De dire « oui tout à l'heure, j'étais en colère ou tout à l'heure j'étais triste ! », c'est-à-dire nommer cette émotion, nommer ce que l'on vit plutôt que de s'en défendre. C'est comme ça que l'on permet à un enfant de vivre et d'exprimer ses émotions et de lui signifier qu'il n'y a pas de mal à ça. Et c'est très rassurant, quelqu'un qui a péché les plombs et qui dit « j'étais en colère » plutôt inquiétant d'avoir à faire à quelqu'un qui dit « non, non je n'étais pas en colère » parce qu'il nie ce qu'il montre de lui-même.

Françoise Domalin

Dans le cas que vous citiez tout à l'heure, la directrice du centre social qui s'est faite agresser par la caïd du quartier, je me demandais si à sa place il n'aurait pas été possible de dire qu'elle avait peur : « Arrêtez ! Vous me faites peur, vous me terrorisez, je ne peux pas vous parler si vous crier si fort ». Je me demande si ça n'aurait pas pour effet de faire retomber un peu la tension. Car celui qui entre comme ça, s'attend certainement à ce que ça réponde, qu'il y ait un conflit ? Qu'il y ait une bagarre non ?

François Lhopiteau

Oui et non. Je suis normand. Alors oui, nommer ce que l'on vit. Non pas dire « vous me faites peur » parce que vous renvoyez sur l'autre et il se sent jugé mais « ce que je vis me fait très peur ». Parler en « JE » pour ne pas renvoyer sur l'autre. C'est un véritable exercice sur lequel il faut faire des exercices pour apprivoiser ce qui se passe sur soi-même. Et ce jour-là, Jacqueline a fait ce qu'elle pouvait c'est-à-dire rien. Heureusement que Leila est passée par là.

Françoise Domalin

On a d'autres questions sur la frustration. Pourriez-vous développer « la frustration fait sens » ou donner un exemple concret ?

François Lhopiteau

Vous vouliez intervenir encore sur...oui allez-y !

Astrid Compain, animatrice à l'OCCE (l'Office Centrale de la Coopération à l'École)

La coopération n'est pas innée, ça s'apprend. Ne pensez-vous pas nécessaire d'apprendre aux enfants, ou à l'école aux élèves, à apprivoiser et à s'exprimer sur leurs émotions, d'apprendre cette communication non violente et d'avoir une meilleure estime de soi ?

François Lhopiteau

Je suis à 100% d'accord avec tout ce que vous avez dit. Petit exemple pour illustrer ce que vous dites. Je pense à cette école maternelle avec laquelle j'avais travaillé justement sur cette question : apprendre aux enfants à nommer leurs émotions. Alors nous avons inventé quelque chose d'extrêmement simple, les enfants n'ayant pas encore tellement la parole, on était en classe de maternelle, 3-4-5 ans. Il ne s'agissait pas d'écrire colère ou une autre émotion mais les instituteurs avaient inventé des petites figurines toutes simples : des pictogrammes, le petit bonhomme en colère, le petit bonhomme qui a peur, le petit bonhomme joyeux etc. Et il y avait régulièrement l'espace de parole, la météo du jour, où tous les jours le groupe classe se retrouve dans le coin parole et chacun peut dire ou ne pas dire. Je prends l'exemple où il y a eu bagarre sur le bac à sable. « Kévin il m'a poussé, il m'a jeté du sable ! » alors pas forcément pour résoudre le problème mais demander « ça te fais quoi ? ». L'idée c'était de prendre le petit bonhomme pour aller accrocher le sentiment de l'instant. C'est un moyen pour leur permettre d'exprimer et non pas de rester imprimé, non pas d'être dans le refoulement qui commence dès le plus jeune âge, de ce qu'ils vivent émotionnellement. Il n'y a pas nécessité de faire de grands discours.

Je prends un autre exemple. Un jour il y a une petite de la classe qui, un lundi matin, ce n'est pas la maman qui l'a conduit à l'école c'est la voisine qui vient et qui glisse à la maitresse « la maman ne vient pas parce que la grand-mère est décédée pendant le weekend ». Et donc l'instituteur a le souci de donner la parole à la petite qui a perdu sa grand-mère et qui doit être triste ! En fait la petite fille n'a pas parlé de ça. Elle n'avait pas besoin de dire qu'elle était triste le matin à 9h, le moment de la parole. Non, c'est la projection de l'adulte sur l'enfant qui dit « elle doit être triste ». A la différence, un petit garçon vient un peu plus tard accrocher le petit bonhomme en colère, comme ça sans rien dire à personne. L'enjeu ce n'était pas qu'il accroche son petit bonhomme au mur sans rien dire à personne. L'enjeu c'était qu'il montre à l'adulte qu'il avait accroché le petit bonhomme en colère. « As-tu quelque chose à me dire ? – non je ne dis rien » Bon il ne dit rien parce que...parce qu'il ne dit rien pour l'instant. Mais il est rendu visible par ce qu'il vit intérieurement. Et un autre qui avait accroché le petit bonhomme triste le matin en racontant une histoire et puis au milieu de la matinée il est allé le décrocher et l'instituteur va le voir pour lui dire : « Je vois que tu as décroché le petit bonhomme triste ». Ne pas enfermer l'enfant ou l'adulte dans ce qu'il vit émotionnellement à un moment donné. Voilà pour illustrer ce que vous dites et je m'y retrouvais bien. Je reprends une autre question : celle de la frustration. « Développer la frustration fait sens ? » Envie de mettre quelques mots de plus ? Oui !

Maya Brossier, intervenante au Centre d'Accueil et d'Accompagnement des Auteurs de Violence

Nous sommes dans le sujet au quotidien. Vous parlez de frustration. J'ai envie de parler de cadre c'est-à-dire qu'un enfant crie, qui est grossier. On sait bien qu'il va chercher des limites chez l'adulte, il va chercher un cadre et on est là aussi pour l'apporter. Alors selon le degré de violence dans lequel peut être la personne, à un moment donné je rejoins ce que disait le monsieur tout à l'heure, est-ce qu'on est obligé de rester en empathie ou est-ce qu'effectivement, quelques fois on va permettre à la personne de trouver cette limite qu'elle recherche et qu'elle ne sait pas trouver toute seule...comme un enfant parce qu'on est bien dans les émotions et dans le stade de la mémoire traumatique, qui fait qu'on a plus de maîtrise. Donc cela me paraît assez important. Du côté professionnel, on ne l'a pas nommé comme ça, bien que vous l'ayez évoqué par ailleurs, cette notion de distance qui est quand même fondamentale parce qu'on peut être confronté à plein de situations. Entendre l'autre c'est bien, mais apprendre à se protéger pour être plus efficace dans l'écoute c'est bien aussi. Et c'est vraiment indispensable si on veut survivre parce qu'il y a un certain nombre de professionnels qui craque au bout d'un moment ce qu'on peut bien comprendre, et si on n'apprend pas à mettre cette distance, à se protéger, ça devient vraiment très compliqué. Voilà, juste ces deux notions.

François Lhopiteau

Je n'ai pas employé ce mot parce que je ne suis pas là pour parler de tout, mais voilà garder la bonne distance. Il y a une autre expression que j'aime bien pour dire la même chose c'est garder la juste proximité. Si je l'emploie c'est que garder la distance ce n'est pas une décision rationnelle, il faut que je reste à distance. Je suis touché de toute façon, même si je suis professionnel. Un certain nombre de coups de boutoir, près de ceux et celles auprès de qui j'agis, qui viennent déverser leurs souffrances, dépasser les limites, me chercher dans mes limites. Donc garder la distance, la bonne distance, c'est à la fois une posture rationnelle, professionnelle, je ne suis pas là pour porter l'autre, je suis à ma place avec mon statut avec ma mission et mon cadre et mes limites, mais en même temps je suis pris, touché, ça me fait quelque chose si on craque...et tant mieux qu'on ne devienne pas indifférent puisque l'essentiel de notre métier c'est la relation, ça se joue dans la relation. Ça veut dire que j'ai en même temps besoin de cet espace confidentiel, collectif, entre pairs où je vais pouvoir relire tout ça, déposer tout ça, regarder ce que ça vient ébranler chez moi. Je ne sais pas faire notre métier de relation, éducatif et social, surtout face à tout ce qui fait violence, sans ces espaces-là. Espace où l'on vide régulièrement son sac, où l'on vide ce qui touche authentiquement. Ce qui fait tiers c'est d'abord le cadre, le cadre des lois, le cadre des règles et l'apprentissage de la vie c'est l'apprentissage du désir qui rencontre cette limite et qui est frustré de ne pas pouvoir avoir satisfaction directement. Pourquoi est-ce que nous nous portons bien ou à peu près bien ? Avec toutes les limites que nous rencontrons, parce qu'à chaque fois que nous avons rencontré une autorité, médiateur, enseignant et autre, les cadres et les limites qui ont fait sens sont ceux qui ont été dits. A chaque fois que je me retrouve face à mon désir et qu'il ne peut pas être satisfait tout de suite, on m'annonce que voilà la limite, elle me conduira là. La frustration qu'on m'annonce ce

n'est pas une frustration pour souffrir, mais qui permet de construire du sens. Il y a un vrai handicap chez un certain nombre d'êtres à qui on n'a pas suffisamment dit le sens du cadre. On leur a planté des limites comme ça, à coup de bottes, à coup de gifles, à coup de ceci cela.

Participant

Je vous entends bien parler de désir, de frustration tout ça. Est-ce qu'on peut dire que le désir est un besoin ? J'ai besoin d'avoir du désir dans le sens avoir des projets, avoir quelque chose à satisfaire pour m'animer, si je n'ai pas ce désir, qu'est-ce qui va se passer ?

Françoise Domalin

Cela rejoint une question : désir et motivation, comment situer ça dans le sujet du forum ?

François Lhopiteau

Dans les célèbres travaux de Maslow, étayés par d'autres aussi, le constat est que pour vivre, nous avons besoin de boire, manger, dormir. Là-dessus on est d'accord. Ensuite on a besoin de sécurité, d'un toit, que le ciel ne nous tombe pas sur la tête, et ne pas mourir de froid etc. Nous avons besoin d'appartenance et d'identité. Il y a du débat là-dessus, on est sur une vraie question. J'ai rencontré un certain nombre de jeunes dans des situations souffrantes où on amène le jeune à reconstruire son arbre généalogique pour retrouver son identité, même si ça peut-être souffrant, même s'il a été définitivement abandonné, retrouver d'où je suis, d'où je viens. Et après ça, le plus important c'est le besoin d'épanouissement, je parle bien du besoin d'épanouissement. Alors sur mon besoin d'épanouissement, j'ai cent mille désirs ! Il y a vraiment beaucoup de choses que je voudrais faire. Sauf que je suis obligé de faire du tri entre tous mes désirs. Mon épanouissement passe par le choix des désirs que je vais faire, parce que j'ai rencontré des limites structurantes. L'enjeu éducatif, social et citoyen, c'est bien d'offrir à chaque être la satisfaction de ses besoins. Alors comment satisfaire le besoin d'épanouissement ? Choisir entre les désirs.

Françoise Domalin

Alors dans les désirs, j'imagine que vous intégrez le besoin d'être aimé ?

François Lhopiteau

Alors ça c'est un besoin de base. Boire, manger, dormir et en même temps être aimé. Aimé et reconnu.

Participant (stagiaire BPJEPS)

Je voulais vous parler d'un espace pour poser les choses, quand la personne a besoin de parler de ses émotions. Je suis tombé sur le cas d'un enfant qui perturbait un peu l'animation et à la fin de la séance il est venu me voir et il s'est excusé. Je lui ai demandé pourquoi il agissait comme ça et il m'a dit je ne sais pas pourquoi, je sens qu'il y a quelque chose qui ne va pas, mais je ne sais pas expliquer. Comment nous en tant qu'animateur, on peut l'aider à poser des mots quand lui-

même ne sais pas le sujet qui le gêne, n'arrive pas à mettre des mots sur son problème, son émotion ?

François Lhopiteau

J'aime beaucoup votre question. Vous avez le souci d'accueillir cet enfant, d'être à l'écoute. Je vais vous dire le truc, je le dis grossièrement mais c'est pour ouvrir une piste. La mauvaise question c'est « pourquoi ? ». Quand on est pris dans l'émotion, on ne sait pas pourquoi. La question que je suggère c'est « tout à l'heure tu étais énervé, qu'est-ce qui s'est passé ? ». Je prends des mots très familiers. Parce que l'émotion prend le pas sur le rationnel.

J'ai été interpellé par l'une d'entre vous à la pause qui me dit que j'aurais dû évoquer les travaux d'Antonio Damasio, qui parle de l'erreur de Descartes. Notre cerveau, comment est-il fait ? Nous sommes descendus du singe, lequel est descendu d'autres mammifères etc. Et le premier à sortir de l'eau était un animal un peu serpentant. Et *grosso modo* le serpent, qui nous fait tellement peur. Le serpent a un tout petit cerveau, qu'on appelle cerveau reptilien, qui lui dit « danger, sauve-toi » ou « proie, attaque ». Cerveau très binaire. L'évolution dont nous sommes apparemment au sommet s'est faite autour de ce premier cerveau qui était un cerveau binaire et basique. S'est développé petit à petit le cortex, et puis s'est développé le front, je vous vois tous avec un grand front, c'est-à-dire avec beaucoup de neurones et de cellules nerveuses. Vous savez que votre disque dur, c'est 200m2 empilés par couches successives. Donc votre ordinateur intérieur c'est extraordinaire. Sauf qu'au cœur de votre cerveau, il y a toujours l'héritage ancien du cerveau reptilien. Et que les informations qui nous arrivent, elles passent d'abord par les amygdales. Elles passent par la partie émotionnelle du cerveau. Avant d'aller dans le disque dur du cortex pour chercher la bonne réponse. L'autre jour je sortais de chez moi pour monter dans ma voiture quand arrive un énorme chien au triple galop, aboyant, terrifiant. C'était le chien d'une voisine un peu plus loin. En fait c'est un bon gros toutou qui vient chercher des caresses. Sauf que l'information passe par la partie émotionnelle du cerveau avant d'aller chercher dans le disque dur la photographie du bon gros toutou, or j'ai été mordu, coursé par des chiens durant mon enfance. Dans les travaux de neurobiologie on parle du court-circuit émotionnel. Un peu comme en électricité, s'il y a deux fils qui se touchent. Je reviens à votre petit garçon vous lui offrez un espace d'écoute et vous lui dites « pourquoi ». S'il est encore pris dans l'émotion, il ne sait pas pourquoi. Et la première chose à dire c'est ça me fait peur.

Françoise Domalin

Je ne sais pas si vous connaissez ce poème de Verlaine qui commence comme ça :

« Je ne sais pourquoi
mon esprit amer
d'une aile inquiète et folle
vole sur la mer... »

Ça exprime justement ces états d'âme qu'on subit sans vraiment les comprendre. Alors nous adultes quand ça nous arrive, si on prend un peu le temps, on peut se dire : « Qu'est-ce qui fait, j'étais bien tout à l'heure, que d'un seul coup je suis découragée triste, furieuse, en colère ? Qu'est-ce qu'on m'a dit, qu'est-ce que j'ai vu et qu'est-ce qui a raisonné en moi par rapport à ça ? ». C'est Cyrulnik qui parle de l'escarre psychique que pas mal d'entre nous ont au fond d'eux même. Et le petit garçon triste peut être qu'on peut lui dire qu'il y a un nuage qui est passé, que des fois on subit, le ciel se couvre et on ne sait pas pourquoi. Et on peut lui demander si ça lui arrive parfois pour qu'il prenne conscience de ce qu'il subit. Et si l'enfant n'est pas trop nerveux ça peut fonctionner.

François Lhopiteau

Si la partie émotionnelle a pu s'apaiser, on peut passer à la partie rationnelle.

Zohra Ben Makhad, animatrice au centre social d'Allonnes

Je travaille aussi dans un centre social et je me posais la question, comment faire face nous qui sommes travailleurs sociaux dans une structure, un cadre, une loi bien posée mais en même temps nous sommes aussi êtres de valeur et parfois nous pouvons avoir des positions un peu schizophréniques et plus forcément être d'accord avec l'institution qui nous salarie, ce qui a été rappelé en introduction je crois.

François Lhopiteau

Je vais répondre de deux manières. La première, je comprends bien vous êtes dans une posture professionnelle, animatrice de centre social, puis en même temps vous êtes citoyenne, avec des convictions, des valeurs. Donc ma première réponse, est que nous ne pouvons être que dans un statut à la fois, il faut choisir. Ça n'empêche pas le questionnement, mais on ne peut être que dans un seul statut à la fois. Alors là en l'occurrence, si vous voulez encore être payée, et que vous voulez avoir votre salaire à la fin du mois...

Deuxième élément de réponse, sur le questionnement. Où est l'espace dans le centre social de discussion entre professionnels ? Pour le moment la règle c'est la règle et il y en a quelques-uns qui sont garants. Alors sauf affaires catastrophiques, on est dans du subtil. Et il y a cet espace dans lequel on peut parler mais on ne change pas les règles à tout bout de champ. Est-ce qu'une question peut être posée en assemblée générale ? Mais ce n'est pas en assemblée générale qu'on va changer la loi.

En tant que citoyen, il y a certaines choses qui nous prennent à la gorge, par rapport à l'exclusion par exemple, l'exclusion d'une personne du centre social, parce qu'il ne respecte pas telle ou telle règle mais en même temps il est dans une telle situation que je me dis que je vais le laisser souffrir davantage. Il existe des espaces citoyen, syndicaux, politiques, militants ou associatifs où je suis citoyen mais ce n'est pas sur mon temps professionnel que je peux participer à ces débats-là. Je ne connais pas vos centres sociaux mais j'ai fréquenté beaucoup de lieux où il s'agit d'être d'une grande vigilance dans les problématiques que l'on pose quand l'association du centre social est gérée par des usagers.

Stéphane Carré, animateur au centre social du Pâtis Saint Lazare

Par rapport à ce que vous dites, on a aussi des cas de figure où le conflit et la violence sont nécessaires pour modifier la loi. L'écotaxe, il y a plein d'exemples dans le monde qui font que c'est le conflit et la violence qui ont fait bouger le cadre.

François Lhopiteau

Il y a tellement de choses à dire. Oui dans le désaccord, dans le conflit, il s'agit de peser et quand la parole ne suffit pas, il s'agit d'établir un rapport de force et d'exprimer une force. Vous prenez l'exemple de l'écotaxe, est-ce qu'il y a démontage de portiques, mais à ce que j'en sais il n'y a pas eu agression physique sur des personnes. La question d'exercer une force pour faire entendre sa voix est à la limite de comment on vient blesser des êtres. Là on est dans la violence. Si c'est une conviction, il vaut mieux démonter des portiques et un certain nombre d'autres choses...

Vincent Gautier, animateur au Service Jeunesse de la ville du Mans

Bonjour, vous parlez beaucoup de la relation sur l'aspect émotionnel etc. Est-ce que vous apportez une analyse sur l'émotion jouée et l'émotion qui peut être naturelle ? On est dans une société qui joue beaucoup sur l'émotion, sur des événements pour faire passer des lois etc., des mesures, l'écotaxe. Vous avez parlé du jeune qui joue le caïd. Dans quelle mesure peut-on prendre en compte l'émotion qui peut être jouée, je joue au caïd pour avoir une attention, par exemple obtenir un petit café. Et si moi je rentre quelque part et que je ne joue pas au caïd, je n'aurais peut-être pas la même attention. La prise en compte de l'émotion peut parfois avoir des effets pervers. En gros si toi dans ton quartier tu ne casses rien, on ne va pas t'entendre. A créer de l'émotion, de l'événement pour avoir de l'attention est-ce qu'il n'y a pas intérêt à distinguer les deux cas ?

François Lhopiteau

Alors comment on établit un rapport de force en allant casser, pour faire peur pour impressionner. Il y a tous les jours des rapports de force qui s'appuient sur la terreur. C'est une question large. Je reste sur le travail social. Pour moi, il y a deux choses. D'une part, comment je tiens le cadre. D'autre part, l'émotion mise en scène. Le jeu de mise en scène est aussi porté par une souffrance réelle. On ne se met pas en scène sans un manque de reconnaissance, simplement de ne pas avoir les moyens de travailler et de manger. Il y a toujours quelque chose derrière. Alors après comment on traite le rapport de force avec l'émotion, enfin avec des stratégies de mise en scène, enfin comment on accueille la souffrance réelle et tout ce qui a été refoulé, accumulé etc. Alors je tiens le cadre et je ne céderai pas ou j'accepte un bout de négociation face au rapport de force mis en œuvre. C'est ceux qui sont en posture de garant qui en sont juges, négocient pas ou un peu et tout en même temps est-ce que cette souffrance on l'écoute ?

Claire Pilou, animatrice à la MPT Jean Moulin

Vous parliez de souffrance, je voudrais vous questionner sur des équipes ou des institutions où il n'y a pas de temps de régulation. Donc il y a une forme de négation sur les possibilités d'exprimer son émotion, d'un professionnel dans son travail, qui génère une impossibilité d'exprimer son émotion sur les relations entre collègues ou avec les usagers. Là on est dans l'empêchement de fonctionner, on va vers le dysfonctionnement, qui devient dans certains secteurs d'activité une ligne commune de ne surtout pas exprimer l'émotion parce qu'il n'y a surtout pas d'appareil pour y répondre. Je me questionne sur ce que cela produit sur les usagers. Enfin j'ai la réponse. Le fait de n'avoir aucun espace pour poser tout ça et le travailler fait qu'on est dans une réponse minimum à nos publics. Qu'en dites-vous ?

François Lhopiteau

Je dis oui. J'accompagne beaucoup d'équipes sur des espaces d'animation, de régulation, appelons ça comme on voudra. Deux choses. En tant que professionnels nous recevons la souffrance, de manière subtile, directe, indirecte, consciente, inconsciente et puis ça rebondit entre les professionnels. Il y a plein de dysfonctionnements entre professionnels qui n'en peuvent plus parce que c'est aussi le ricochet de ce qu'ils ont pris. Au-dessus c'est le « blackout ». Là où j'interviens, je pose deux règles. La première, une règle de grande rigueur. Quelqu'un qui est en situation de responsable hiérarchique, est aussi quelqu'un qui vit des émotions et qui a peur de ce qui se passe et qui a peur de ce qui va se dire et qui a peur de ce qui va se déclencher si j'ouvre un espace où je peux parler librement. Il y a la nécessité d'être d'une grande rigueur, que ce soit un espace confidentiel, ce n'est pas un espace syndical, et avec des règles de « qu'est-ce qui en ressort qu'est-ce qui n'en ressort pas ? » et « si ça ressort, ça ressort comment ? ». Des règles bien dites et énoncées par les intervenants qui animent ce type d'espace. Moi je vois dans notre équipe d'intervenants ce type d'espace se développer. Je suis plutôt optimiste. Je les vois se développer mais j'entends bien ce que vous dites. Dans certains endroits où la hiérarchie verrouille, la démarche d'approvisionnement c'est de poser des règles. Je me vois encore il y a trois jours avec une équipe éducative de travailleurs sociaux. Je sors et je vais saluer le directeur. Un type chouette. Il me dit « mais je ne vous demande rien, c'est la règle, mais comment ça va ? ». Je lui dis « ça va, vous avez une belle équipe ». Il y a quelque chose aussi quand on ouvre un espace comme ça, ça se fait dans une relation de confidentialité. Il faut inventer une relation avec la hiérarchie sinon elle va tout contrôler.

Participant

Je voulais dire par rapport à cette question, ne pas oublier de penser aux ressources qui nous entourent parce qu'il y a des ressources de toutes sortes, des ressources personnelles d'abord, des ressources professionnelles, institutionnelles et quand l'institution ne propose pas ce temps de régulation il est aussi possible de se rattacher à d'autres acteurs, services, personnes qui peuvent aider sur ce point. Et avec les auteurs de violence, nous on travaille beaucoup avec cette

notion de compétence personnelle. J'aime bien cette expression qui dit « on a les défauts de ses qualités », et c'est vrai. Quelques fois être trop rigide ce n'est pas bien mais des fois ça permet de donner un cadre, un support. Voilà, développer les ressources plutôt que rester dans l'identification de la difficulté. La difficulté je l'ai identifiée et quelles ressources je peux trouver ? Les difficultés administratives, financières etc. ça existe quand même et c'est une grande richesse de bien connaître son département et de pouvoir faire circuler l'information.

Françoise Domalin

Je pense que le débat va s'arrêter-là car c'est l'heure que nous nous étions fixés. Rendez-vous cet après-midi à 13h45 pour les ateliers.

PRÉSENTATION ET RESTITUTION DES ATELIERS

PRESENTATION DE L'ATELIER « RENFORCEMENT DES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES »

Animatrices : Nathalie LERAY, documentaliste et Shona BARBETTE, chargée de projets de l'Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé (IREPS)

Documents communiqués par l'IREPS :

Les CPS, c'est quoi ?

« Les compétences psychosociales sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement ». Définition de l'Organisation Mondiale de la Santé. Division de la santé mentale et de la prévention des toxicomanies – 1993

Renforcer les compétences psychosociales des enfants ou des adolescents, c'est leur donner la capacité de :

- Savoir résoudre les problèmes, savoir prendre les décisions
- Avoir une pensée créative, avoir une pensée critique,
- Savoir communiquer efficacement, être habile dans les relations interpersonnelles,
- Avoir conscience de soi, avoir de l'empathie pour les autres,
- Savoir gérer son stress, savoir gérer ses émotions.

En renforçant les compétences psychosociales, on peut agir sur la connaissance de soi et des autres et contribuer à favoriser une meilleure ambiance de groupe, accroître le mieux vivre ensemble, favoriser le respect et l'entraide mutuelle, apprendre à gérer les conflits et prévenir ainsi toute forme de violence.

L'Ireps Pays de la Loire et les CPS

Initié par les CODES (Comités Départementaux d'Education pour la Santé) des Pays de la Loire dès la fin des années 90, le programme de renforcement des compétences psychosociales été mis en place en milieu scolaire, avec la collaboration de l'ANPAA (Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie). Ce programme repose sur deux principes : une approche éducative qui privilégie une approche globale de la santé et une intervention précoce, dès 7 ans, en amont des comportements à risque. Le programme s'inscrit dans la durée à raison de 6 à 10 séances par an, reconduites sur une progression de 2 années. L'objectif du programme est de permettre à l'enfant :

- d'identifier, d'analyser et de verbaliser les situations difficiles
- d'élaborer des réponses adaptées aux problèmes rencontrés
- de développer des possibilités de libre choix face à une prise de risque

La plupart des compétences travaillées – et notamment : avoir conscience de soi, avoir de l'empathie pour les autres, savoir communiquer efficacement et être habile dans ses relations interpersonnelles, savoir gérer son stress et ses émotions – ont un impact avéré sur l'ambiance du groupe, le vivre ensemble et la gestion des conflits.

Description de l'atelier

- Approcher la gestion des conflits par le renforcement des compétences psychosociales.
- Renforcer les compétences psychosociales (CPS) permet d'agir sur la connaissance de soi et des autres, favorise le mieux vivre ensemble et le respect. En cela, le renforcement des CPS constitue un travail de fond pour la gestion des conflits et la prévention de toute forme de violence. L'atelier propose une présentation des CPS ainsi que la mise en pratique de plusieurs activités, à l'aide d'outils pédagogiques disponibles au centre de ressources de l'IREPS. Cet atelier s'adresse aux professionnels du secteur éducatif et de l'animation jeunesse, intervenant auprès de groupes d'enfants et d'adolescents.

RESTITUTION ECRITE DE L'ATELIER « RENFORCEMENT DES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES »

1) 2 ou 3 idées de constats partagés.

- Le travail sur le renforcement des compétences psychosociales (CPS) est un travail de prévention, qui s'effectue en amont des « gros problèmes » que peuvent rencontrer les jeunes.
- Il s'agit d'un travail à mener sur du long terme. Des activités qui s'inscrivent dans un parcours.
- Il existe une grande variété d'outils pour aborder les CPS.

2) 2 ou 3 difficultés à prendre en compte autour de cette problématique.

- Les animations ayant pour objectif le renforcement des CPS s'inscrivent plus généralement dans le développement du « mieux vivre ensemble ». Mais il est parfois difficile de présenter au public, les objectifs des activités menées.
- Pour bien synthétiser et analyser les activités il faut du temps et nous n'en disposons pas systématiquement.

3) 2 ou 3 points d'appui, éléments à utiliser pour agir.

- On s'aperçoit qu'il est plus facile de mener ces animations lorsque les objectifs ont été explicités au préalable. C'est pourquoi une formation sur l'utilité et la mise en place des outils nous semble nécessaire.
- Il existe une grande variété d'outils pour aborder les CPS, ce qui permet un ajustement en fonction des publics accueillis.
- Il est nécessaire de poser un cadre sécurisant permettant un dénouement de la parole. Le groupe doit être restreint et disposer de suffisamment de temps devant lui.

4) 2 ou 3 points de désaccord dans le groupe et les questions en suspens.

Un travail sur les émotions suppose une grande vigilance de la part de l'animateur. Toutes les sensibilités ne sont pas réglées de la même façon et il devient compliqué d'évaluer l'impact du travail réalisé.

PRÉSENTATION DE L'ATELIER « REGULATION NON VIOLENTE DES CONFLITS »

Animateur : François LHOPIEAU, directeur de l'Institut de Recherche et de Formation du Mouvement pour une Alternative Non Violente (IFMAN)

Documents communiqués par l'IFMAN :

Problématique

La rencontre de situations de conflit et de violence conduit à s'interroger sur les moyens d'y faire face. Si l'on peut comprendre les éléments qui conduisent quelqu'un à un comportement de type violent, on ne peut en aucun cas l'accepter. La vie collective n'est possible que dans le cadre de lois et règles qui protègent chaque citoyen, chaque usager, chaque professionnel. Il y a toujours lieu de restituer ce type d'événement dans un rapport clair à la loi.

Cependant le rappel des lois et règles ne suffit pas dans un certain nombre de cas à apaiser une personne emportée par son émotion de colère. Lorsque ce type de crise se développe, celui qui y est confronté doit utiliser d'autres registres que le strict recours au raisonnement pour s'en sortir.

Au moment où deux, ou plusieurs personnes, vivent un désaccord, leurs réactions émotionnelles peuvent prendre des proportions importantes. Pour éviter une situation de crise grave ou un acte de violence, il faut les prendre en compte rapidement. En particulier permettre à chacun de prendre de la distance avec ce qui alimente les tensions. Il est donc nécessaire d'avoir travaillé sur son propre ressenti de peur, d'agressivité ou de colère, pour ensuite être capable d'accueillir l'expression émotionnelle d'autrui.

Ce travail passe par une analyse du mimétisme des phénomènes d'agressivité et par un développement de ses propres capacités d'écoute de l'émotion d'autrui. Il permet aussi d'apprendre à recourir à l'élément tiers qui permet de stopper l'escalade de ce type de crise et offrir une sortie honorable aux différentes parties prenantes. Sachant qu'une "sortie honorable" dans l'urgence ne signifie pas l'absence de retour au cadre de la loi ou de la règle quelques moments plus tard !

Quand les tensions ont décru, il est alors possible d'identifier le cadre relationnel dans lequel le conflit pourra être résolu. Selon leur statut et leur position dans le conflit, protagonistes et tiers auront différentes perspectives d'action. Garantir le respect d'une loi ou au contraire en négocier l'évolution. Rechercher un compromis et établir un contrat. Obtenir du garant le respect d'une règle par tous. Intervenir comme médiateur ou se poser en arbitre. Accompagner dans une démarche éducative quelqu'un qui a besoin d'intégrer la nécessité et le sens des lois et des règles, ou bien encore accompagner quelqu'un qui a besoin de développer ses capacités d'autonomie et de sens critique.

Présentation de l'atelier

La formation de base s'appuie sur trois approches complémentaires. Elle propose des repères théoriques pour analyser les situations de conflit. Elle offre des moyens pratiques d'action pour faire face à certaines situations concrètes. Elle fait le lien entre les attitudes personnelles et les choix de fonctionnement collectif.

- 1) La relation conflictuelle : cadre extérieur, ressenti intérieur, sens porté par le cadre.

Dans le conflit il y a lieu d'identifier le cadre objectif et extérieur qui relie les parties concernées et le ressenti subjectif et intérieur qui habite les protagonistes. Il y a également lieu de rechercher ce qui fait

sens pour celui qui impose une loi ou une règle, mais aussi ce qui fait sens pour celui qui conteste ladite loi ou règle. Un cadre ne tient durablement que s'il fait sens pour ceux auxquels il s'impose.

2) L'instant de crise : gestion des émotions, recours au tiers, sortie honorable

Gérer un moment de crise c'est toujours gérer un processus émotionnel et contribuer à apaiser des réactions susceptibles d'alimenter des actes de violence. Cette aptitude passe par un travail sur ses propres réactions émotionnelles avant de pouvoir agir sur celles d'un ou plusieurs protagonistes. Elle passe également par la capacité à recourir à des éléments tiers qui offrent une sortie au mimétisme émotionnel dans lequel se développe ce type de crise.

3) La régulation des conflits au quotidien

Les conflits se développent dans un cadre spécifique, avec des protagonistes précis, à partir d'événements particuliers. A partir de situations rapportées par les participants, l'atelier propose quelques procédures applicables au quotidien.

RESTITUTION ORALE DE L'ATELIER « REGULATION NON VIOLENTE DES CONFLITS »

Cet atelier fut un joli challenge. Prévu pour un groupe de quinze personnes, avec des exercices actifs, il a rassemblé 29 participants. Cependant l'implication forte de chacun a permis d'allier méthode participative et analyse théorique.

Partant de situations concrètes, recueillies par petits groupes, ont pu être étudiées collectivement différentes étapes de la régulation de conflits : depuis la relation interpersonnelle jusqu'à la gestion institutionnelle d'une collectivité. Les deux questions majeures étant celles du cadre à garantir et de l'autorité à incarner.

L'interaction entre les différents participants a apporté beaucoup de richesse à la réflexion commune. Dans le temps limité de cet atelier des repères concrets ont pu offrir quelques pistes d'action au quotidien.

PRESENTATION DE L'ATELIER « L'APPROCHE SYSTEMIQUE DANS LA REGULATION DES CONFLITS »

Animatrice : Isabelle LERAT, psychothérapeute familiale formée à l'analyse systémique. Formatrice à INTERACTIF FORMATION

Documents communiqués par Interactif Formation :

Les bases de l'analyse systémique

L'approche systémique se distingue des autres approches par sa façon de comprendre les relations humaines. En effet, la personne n'est pas le seul élément analysé dans la démarche. Le professionnel accorde aussi une importance aux différents systèmes dont elle fait partie (familial, professionnel, social, etc.). Cette personne est influencée à la fois par ses intentions, celles des autres, et celles des possibilités du milieu et/ou du système. L'idée principale est que l'histoire de la famille agit sur l'individu. Cet individu transporte avec lui des valeurs, des émotions et des comportements véhiculés par la famille et ceci depuis plusieurs générations. En fait, si une partie du système ne fonctionne pas bien, ou éprouve des difficultés, cela risque d'affecter tout le système.

C'est une approche qui privilégie une vision globale des problèmes étudiés, en prenant en compte

- le contexte
- les différents éléments du système dans lequel ces problèmes s'inscrivent
- les relations et interactions entre ces éléments

L'approche systémique permet de travailler sur le réel, car le réel est complexe. Dans le réel, tous les éléments sont en interaction. L'action sur un élément a des répercussions sur l'ensemble du système, et tout changement global du système change à la fois tous les éléments qui le constituent et les relations entre ces éléments.

L'intervenant s'intéresse aux règles de vie, aux processus de rétroactions, aux buts recherchés, aux mécanismes d'équilibre et aux pressions vers le changement. Il observe les modalités de communication, la congruence, le niveau de différenciation et d'engagement au sein du système. Il s'intéresse au niveau de remise en question permis, à la flexibilité des rôles ainsi qu'à leur degré d'adaptation à l'état actuel du système.

Définition systémique du conflit

Le conflit est souvent larvé dans de nombreuses situations quotidiennes de notre vie professionnelle et personnelle (couple, famille, enfants). Il s'agit de développer une lecture, une posture et une transformation personnelle pour mieux vivre, réguler et transformer les situations à risques dans la relation aux autres.

Plutôt que de focaliser sur le comportement d'un individu et de vouloir comprendre ce comportement par une approche analytique, dirigée uniquement sur lui, il est préférable de prendre en compte les interactions de cet individu avec les autres acteurs de son environnement.

Chacun influence et conditionne les autres à l'intérieur du système, et souvent les acteurs en viennent à incarner le symptôme des comportements inadaptés des autres. Pour résoudre le

problème dont il est ici question, cela ne sert à rien de vouloir éliminer le symptôme ou de simplement réprimander les porteurs des symptômes.

Le conflit est une boucle d'informations c'est-à-dire de réponses comportementales de plus en plus chargées émotionnellement mais qui ne règlent pas le conflit, au contraire qui l'entretient et empêche le changement.

Une boucle car le conflit est une forme de communication, dont l'unité simple est l'interaction, entre les parties. Les informations échangées dans ces boucles ont un thème récurrent : « l'autre doit changer »

La circularité renforce les croyances dommageables (si l'autre me dit/fait/pense cela, c'est qu'il veut me nuire) Chaque protagoniste va chercher dans la réalité des informations qui confirme sa croyance.

La perception de la réalité consiste à sélectionner les informations qui prennent sens par rapport à ce qui est déjà connu, c'est-à-dire aux présupposés élaborés sous forme de croyances.

Les ressentis, la pensée (langage, croyances et expériences qui composent et renforcent notre Vision de la réalité) et les comportements forment un tout interconnecté. La vision de la réalité de chaque protagoniste s'est nourrie d'une lecture de la situation filtrée.

L'autre représente un danger pour soi. Chacun se sent inconsidéré, incompris, mal jugé. Ce manque à être reconnu est vécu comme une agression, un rejet de soi, un déni de l'identité.

Plus on constate que l'autre est dangereux, plus on valide et on réitère nos comportements inadaptés.

Lors de la phase de perception de la réalité, l'opinion de départ est confortée. Le repérage des messages en adversité (invariants du conflit) tournent toujours autour du même thème: «il faut que l'autre change » parce qu'il a des intentions nuisibles, parce qu'il me juge mal, parce qu'il veut lui-même que je change.

Le besoin de reconnaissance est central, il déclenche pour chacun d'entre nous aveuglement et surdité qui mènent à des situations inextricables. La qualité relationnelle qui en résulte est endommagée, abimée et les dégâts du conflit touchent le système interactionnel au-delà de l'interaction entre les principaux acteurs.

Le conflit entre 2 acteurs peut engendrer des catastrophes et des mal êtres autour d'eux (les enfants dans les séparations, les équipes au sein d'une entreprise...) Toutes les interactions s'enchevêtrent tel un maillage dans un système que le professionnel se doit de comprendre pour l'aider à trouver un nouvel équilibre

Le conflit prend racine dans le manque à être reconnu, écouter, considéré.

Le conflit peut s'orienter vers 3 résultats :

- Un jeu à somme nulle (perdant/perdant), par surenchère, chaque protagoniste a gaspillé beaucoup de temps, d'argent et d'énergie pour empêcher l'autre de gagner, il a du perdre autant mais rien a changé.
- la loi du plus fort qui oblige l'autre protagoniste, à céder sans concession engendrant des frustrations, des sentiments d'injustice et des envies voire des actes de vengeance (Gagnant/Perdant)
- une résolution durable du conflit : les protagonistes ont des intérêts d'un niveau logique supérieur au conflit et trouvent une issue la moins perdante possible.

L'utilisation de l'analyse systémique dans la gestion de conflits

L'approche systémique du conflit nous permet de comprendre en quoi celui-ci est utile au sein du système dans lequel il s'inscrit.

Le principe de rétroaction : implique que chaque individu peut s'informer et agir sur l'état des autres « on ne peut pas ne pas communiquer ». La seule « présence » d'un médiateur peut changer la donne. Les interactions ne résultent pas d'une causalité linéaire (cause /effet) mais manifestent une causalité circulaire ; un message entraîne un message en retour et vice et versa.

L'équifinalité : Un même résultat peut s'obtenir avec des causes différentes, ou encore, une même cause peut produire des effets différents. Ce principe diverge totalement de la causalité linéaire dont le point de vue consiste à retracer l'origine du système et de ses éléments. Au contraire, l'équifinalité nous oblige à observer les phénomènes d'interaction à un moment donné pour comprendre l'état du système. En gros il n'y a pas de linéarité cause/effet : ce n'est pas parce qu'on a subi un préjudice que l'on va entrer en conflit, ce n'est pas parce qu'on vit un traumatisme qu'on développe un problème psychologique... il peut être inutile de s'acharner à (re)faire l'histoire du conflit et d'en déceler son origine. C'est le système interactionnel au moment où il se présente face au médiateur qui est pertinent.

L'homéostasie : quand un système s'est stabilisé, il existe une tendance à maintenir un équilibre de fonctionnement. Quand l'équilibre est bousculé, des actions correctrices sont mises en œuvre pour qu'il soit ramené à son point d'équilibre. Ce mécanisme s'oppose au changement et peut donc limiter les facultés d'adaptation d'un système en cas de modifications internes ou contextuelles importantes. Lorsqu'une personne est concernée par un changement dans son environnement, elle reproduit des comportements connus et habituels, même si l'équilibre est jugé déplaisant ou douloureux.

Pour peu que le changement s'installe progressivement, l'individu reproduit les mêmes catégories de comportements, continuant ainsi à faire plus de la même chose, jusqu'à un point de rupture.

En optant pour des comportements « utiles par rapport au contexte », un processus d'apprentissage basé sur la redondance, permet à l'individu de conforter une vision du réel. Les redondances permettent des généralisations, des abstractions, autrement appelées des règles interactionnelles. Ainsi par élimination, le système élimine des comportements possibles mais non utiles. Ce qui fait dire à Paul Watzlawick, (fondateur de l'école palo Alto) dans les années 70-80 que « ce n'est pas la réalité qui nous limite mais l'idée que l'on s'en fait ».

Ainsi, plus nous « marinons » dans un même contexte, plus il devient prévisible : on apprend les réactions de notre partenaire, de nos enfants, de notre patron, de nos collègues ou de notre conjoint. Ce qui est assez rassurant et facilite la vie. Tout est réglé et l'on anticipe ce que l'on risque à vouloir modifier une règle établie par la simple redondance de l'expérience.

L'être humain comme tout système vivant apprend à se comporter dans son environnement ; une particularité tient à sa capacité de « savoir qu'il sait ». La pensée consciente est utile pour interpréter son cheminement. Nous formulons des buts, sans pouvoir cependant tenir compte de la nature systémique des régulations naturellement mise en place : « nous ne savons pas » l'aspect circulaire des boucles de régulation installées par la répétition de nos expériences.

Certains de nos comportements dans notre contexte relationnel, se mettent en place pour maintenir un équilibre dans lequel des changements se produisent continuellement. Nous apprenons à ajuster nos comportements aux variations de l'environnement, dans un contexte donné. Ainsi, nous sommes de plus en plus performants à répéter ces comportements.

Lorsqu'un couple se forme chaque personne arrive avec ses différences. Pendant un laps de temps, certaines conduites seront renforcées, d'autres découragées. Le processus d'apprentissage élimine la possibilité de certaines conduites non renforcées. On peut d'ores et déjà en conclure qu'en comprenant les redondances d'un système on peut trouver le moyen de le déstabiliser pour lui redonner de la liberté.

RESTITUTION ECRITE DE L'ATELIER « L'APPROCHE SYSTEMIQUE DANS LA REGULATION DES CONFLITS »

1) 2 ou 3 idées de constats partagés.

- Nécessité de prendre en compte l'ensemble des protagonistes du système (familial, équipe...)
- On est toujours en interaction avec les autres.
- L'approche systémique doit veiller à ne pas être totalitaire pour éviter les erreurs d'analyse. Elle peut être complémentaire d'autres méthodes.

2) 2 ou 3 difficultés à prendre en compte autour de cette problématique.

- Complexité pour repérer, analyser et interpréter les relations interpersonnelles.
- Pour mettre en œuvre cette approche, il faut du temps et des compétences. Ceci ne peut s'acquérir que par une solide formation.
- Nécessité de transmettre de l'information et de recueillir l'adhésion ?

3) 2 ou 3 points d'appui, éléments à utiliser pour agir.

- Quel que soit notre rôle dans le système on conserve une responsabilité personnelle.
- La prise en compte de chacun des points de vue et des représentations des acteurs du système.

4) 2 ou 3 points de désaccord dans le groupe et les questions en suspens.

- Le temps trop restreint
- Le groupe trop nombreux
- Le groupe trop hétérogène au niveau de l'expérience et des statuts professionnels et de la connaissance de l'approche systémique.

SYNTHESE DE LA JOURNEE

FRANÇOISE DOMALIN

Nos émotions nous échappent partiellement. Comment répondre à la souffrance et la colère quand elles s'expriment dans la violence et rencontrent nos propres émotions en nous déstabilisant ? En l'entendant, en le recevant, grâce à une distance créée par un élément tiers qui casse une relation duelle et son déferlement émotionnel. Cependant cette écoute doit se faire dans le respect d'un cadre, d'une limite communément admise. Les professionnels qui reçoivent ces décharges violentes doivent pouvoir parler de leur ressentis entre pairs, dans des séances de régulation nécessaires sous peine d'engendrer une frustration préjudiciable au public et aux travailleurs sociaux eux-mêmes.

REMERCIEMENTS

ANNICK JOSEPH

Je tiens vraiment à remercier l'ensemble des personnes qui ont pu se libérer pour assister à ce 10^{ème} Forum Laïcité / Diversité. Vous voir aussi nombreux est une belle récompense pour le groupe que je coordonne. J'invite d'ailleurs les membres de la commission réflexion/action à venir me rejoindre. Voilà l'équipe qui a travaillé 2-3h par mois depuis mars dernier pour mettre sur pieds cette journée.

Merci également aux techniciens de la ville d'Allonnes qui ont été présents toute la journée. Nous avons bénéficié de très bonnes conditions pour ce Forum.

Je tiens à souligner la présence, plus importante que par le passé, de professionnels de l'Education Nationale. Je tiens vraiment à les remercier, que ce soit des principaux de collèges, des enseignants, des CPE1, d'avoir pu se libérer. Je sais que c'est difficile sur le temps scolaire. Les problématiques auxquelles nous tentons d'apporter des réponses ici concernent bien évidemment le monde de l'éducation.

Tous les ans, je me permets de lancer un petit rappel : les personnes souhaitant participer à l'élaboration, la co-construction du prochain forum seront les bienvenues. N'hésitez pas à prendre contact avec moi à la Ligue de l'enseignement. Je tâcherais de vous trouver une petite place. Nous allons rapidement nous remettre au travail pour réfléchir à l'édition 2016.

¹ Conseiller Principal d'Education

ANNEXES : BIBLIOGRAPHIES ET COORDONNEES

ANNEXE 1 - IREPS : BIBLIOGRAPHIE ET COORDONNÉES.

Compte-rendu de la session "Promouvoir les compétences psychosociales chez les enfants et chez les jeunes" - 9èmes Journées de la prévention - Paris - 3, 4 et 5 juin 2014 / P. Arwidson / (2014)

[Ouvrage/Etude/Rapport] / P. Arwidson ; X. d'Auzon ; D. Pellaux ; P. Deutsch ; M. Cramet ; C. Roehrig ; Brian L. Mishara ; M.-O. Williamson ; M. Segrétain ; B. Lamboy ; M. Claeys Bouuaert ; C. Le Goff. – Saint Denis : Institut national de prévention et d'éducation pour la santé, 2014. - 44 p.

Développer les compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes / B. Lamboy in La Santé en Action, N°431 (Mars 2015)

[Périodique] / B. Lamboy ; J. Fortin ; J.-C. Azorin ; M. Nekaa ; E. Luis ; F. Arboix-Calas ; M.-O. Williamson ; A. Tardy ; C. Roehrig ; S. Broussouloux ; Y. Léal ; D. Berger ; C. Simar ; D. Tessier ; J.-C. Lacroix ; C. Valéro ; R. Fernandez ; P. Anterrieu. - 2015. - pp. 10-40. In La Santé en Action > N°431 (Mars 2015). - pp. 10-40

Favoriser l'estime de soi des 0 - 6 ans - [Edition nouvelle et abrégée de l'ouvrage Pour favoriser l'estime de soi des tout-petits] / (2002)

[Ouvrage/Etude/Rapport] / D. Laporte. - Montréal : Editions du CHU Sainte-Justine, 2002. – 98 p. - (Pour les parents). ISBN : 978-2-922770-43-8 Langues : Français (*fre*)

L'éducation psycho-sociale à l'école. Enjeux et pratiques / A. Tarpinian / (2014)

[Ouvrage/Etude/Rapport] / A. Tarpinian, Directeur de la publication ; M. Graner, Directeur de la publication ; Collectif Ecole changer de cap ; L. Baranski ; M.-F. Bonicel ; S. Halimi ; E. Morin ; N. Desgropes ; E. Maheu ; P. Robert ; A. Giordan ; B. Prot ; E. Debarbieux ; G. Gonnet ; B. Liatard ; D. Favre ; C. Rojzman ; J. Fortin ; B. Mattei ; J. Lecomte ; V. Roussel ; C. Héber-Suffrin ; F. Soulard ; G. Haddad. - Lyon : Editions Chronique Sociale, 2014. - 139 p. – (Pédagogie/Formation)

L'estime de soi des 6 - 12 ans - [Edition nouvelle et abrégée de l'ouvrage Comment développer l'estime de soi de nos enfants] / (2002)

[Ouvrage/Etude/Rapport] / D. Laporte ; L. Sevigny . - Montréal : Editions du CHU Sainte- Justine, 2002. - 102 p. - (Pour les parents).

L'estime de soi des adolescents - [Edition nouvelle et abrégée du guide L'estime de soi de nos adolescents] / (2002)

[Ouvrage/Etude/Rapport] / D. Laporte ; G. Duclos ; J. Ross. - Montréal : Editions du CHU Sainte-Justine, 2002. - 89 p. - (Pour les parents).

Les compétences sociales de l'enfant. Publié dans la Revue internationale de psychologie sociale, tome 14, n° 2, 2001 / (2001)

[Ouvrage/Etude/Rapport] / M. Alles-Jardel ; B.-E. Vaughn ; A. Guillain ; G. Le Maner-Idrissi ; S. Barbu ; L. Fortin ; S. Jouffre ; F. Tassi . - Grenoble : Presses Universitaires de Grenoble, 2001. - 183p.

Pédagogies nouvelles et compétences psychosociales / R. Shankland / (2009)

[Ouvrage/Etude/Rapport] / R. Shankland. - Paris : Editions l'Harmattan, 2009. – 217 p. - (Savoir et Formation).

Pour des interventions intégrées et efficaces de promotion et prévention en contexte scolaire : assises théoriques, modèles et savoirs incontournables / J. Laverdure / (2013)

[Ouvrage/Etude/Rapport] / J. Laverdure, Coordinateur ; A. Abdoulaye ; V. Lisée ; C. Tessier ; INSPQ (Institut national de santé publique du Québec) ; L. Arcand ; L. Comeau ; M. Deschesnes. - Montréal : Institut National de Santé Publique du Québec, 2013. - 50 p.

Prévenir la violence à l'école. L'importance des compétences psychosociales / (2006)

[Ouvrage/Etude/Rapport] / NVA (Non-Violence Actualité). - Montargis : Non-Violence Actualité, 2006. - 112 p.. - (Pratiques de non-violence; 4).

Santé des enfants et des adolescents. Propositions pour la préserver / INSERM (Institut national de la santé et de la recherche médicale) / (2009)

[Ouvrage/Etude/Rapport] / INSERM (Institut national de la santé et de la recherche médicale). - 2ème éd. - Paris : Inserm, 2009. - 187 p.. - (Expertise Opérationnelle).

Coordonnées :

Ireps Pays de la Loire - Pôle Sarthe

84-100 rue du Miroir, 72000 LE MANS

Accueil : 02 43 78 25 06 - ireps72@irepspdl.org

Documentation : 02 43 75 06 10 - documentation72@irepspdl.org

ANNEXE 2 - IFMAN : BIBLIOGRAPHIE ET COORDONNEES.

- ***Cessez d'être gentil, soyez vrai !*** de Thomas d'Ansembourg (Ed. de l'Homme - 2014)

Nous sommes souvent plus habiles à dire leurs quatre vérités aux autres qu'à exprimer la vérité de ce qui se passe en nous. Nous avons appris à nous couper de nous-mêmes... La violence au quotidien s'enclenche par cette coupure : la non-écoute de soi-même mène tôt ou tard au non-respect de l'autre. Ce livre est une invitation à désamorcer la mécanique de la violence, là où elle s'enclenche toujours : dans la conscience et le cœur de chacun.

- ***Les mots sont des fenêtres, ou bien ce sont des murs*** de Marshall Rosenberg (Ed. La Découverte - 2004)

La communication non violente est un art du dialogue fondé sur l'écoute bienveillante et l'authenticité. L'ouvrage, conçu comme un manuel, introduit progressivement le lecteur dans la communication non violente à l'aide de cas concrets, de la vie collective ou privée. Bien plus qu'un processus, c'est un chemin de liberté et de lucidité qui nous est proposé.

- ***Conflit : mettre hors-jeu la violence*** de Bernadette Bayada, Anne-Catherine Bisot, Guy Boubault, et Georges Gagnaire (Ed. Chronique Sociale - 2000)

Le conflit fait partie de la vie et peut ne pas s'exprimer que par la violence. Pour mettre « hors-jeu » la violence, il est nécessaire de développer des aptitudes comme : écouter, négocier, être médiateur. Ce livre comprend de nombreuses expériences, des analyses, des repères, pour changer l'approche du conflit, afin d'orienter sensiblement les rapports humains vers davantage de justice.

- ***L'intelligence du cœur*** d'Isabelle Filliozat (Ed. Jean Claude Lattès - 1997)

A l'école, on enseigne l'histoire, la géographie, les mathématiques, mais qu'apprend-on sur l'affectivité, la colère, la résolution non violente des conflits ? Il est temps de mieux comprendre nos émotions pour les gérer efficacement. Les compétences techniques et les capacités intellectuelles ne sont pas suffisantes pour réussir. La confiance en soi, la créativité, l'aisance et l'autonomie font la différence. L'intelligence du cœur, relationnelle et émotionnelle est l'intelligence de demain. Un livre agréable et facile pour aborder la question des émotions.

Coordonnées :

IFMAN Normandie

26, rue Alfred Kastler, 76130 Mont-Saint-Aignan - Tél. : 02 35 32 73 10

Contact: normandie@ifman.fr

Site national : www.ifman.fr

ANNEXE 3 – INTERACTIF FORMATION : BIBLIOGRAPHIE ET COORDONNEES.

- ***Si tu m'aimes, ne m'aime pas. Approche systémique et psychothérapie*** de Mony Elkaïm (Ed. Le Seuil – 2014).
- ***Le langage du changement*** de Paul WATZLAWICK (Ed. Le Seuil – 1980).
- ***La réalité de la réalité*** de Paul WATZLAWICK (Ed. Le Seuil – 1978).
- ***Changements : paradoxes et psychothérapie*** de Paul WATZLAWICK, WEAKLAND J., FISCH R., (Ed. Le Seuil – 1975).
- ***Un logique de la communication*** de Paul WATZLAWICK, de Janet Helmick BEAVIN, Don-D JACKSON (Ed. – Le Seuil 1972).

Paul WATZLAWICK : Fondateur de l'école de Palo Alto.

Coordonnées :

Interactif Formation

La Roseraie 13 bis rue de Flore 72 000 Le Mans – Tél. : 02 43 82 50 39

Contact : contact@interactifformation.com

Site : www.interactifformation.com

Les actes des précédents Forums LAICITE / DIVERSITE

sont disponibles sur...

www.fal72.org

◀ **Concilier laïcité et diversité culturelle: quels enjeux d'éducation et de société?**

Mars 2009, Institut Universitaire de Formation des Maîtres (IUFM)

◀ **Reconnaissance de l'autre : pour une nouvelle pédagogie de la citoyenneté?**

Décembre 2009, Institut Universitaire de Formation des Maîtres (IUFM)

◀ **Apprendre à mieux vivre ensemble...oui, mais comment faire ?**

Mars 2010, Maison Pour Tous Jean Moulin

◀ **L'autre cet étranger : préjugés et émotions**

Décembre 2010, Centre Social des Quartiers Sud

◀ **Mieux connaître les populations originaires des Pays de l'Est**

Mars 2011, Centre Social Le Kaléidoscope des Sablons

◀ **Trouver sa place dans la cité : implication, engagement, intégration, adaptation, insertion, adoption, création, résistance... comment naviguer avec tous ces concepts ?**

Novembre 2011, Salle Le Royal

◀ **Humiliation, relégation... Comment les prendre en compte pour les dépasser ? – des témoignages, des expériences, des méthodes pour agir -**

Mars 2012, Salle Pierre Guédou

◀ **Que signifie vouloir être Sujet ?**

Mars 2013, Maison des Loisirs et de la Culture « Les Saulnières »

◀ **Comment accompagner vers plus d'autonomie ?**

Mars 2014, Maison Pour Tous Jean Moulin

REMERCIEMENTS POUR LA PRODUCTION DES ACTES

Nathalie BEAUCHARD et Claude ROQUET, bénévoles
Benjamin DAGARD, chargé de missions éducatives

Membres du Collectif d'Education à la Citoyenneté et à la Diversité 72

POUR PLUS D'INFORMATION CONCERNANT LA PREPARATION DES FORUMS

Annick JOSEPH, la Ligue de l'enseignement - FAL72

Tél : 02 43 39 27 27

Courriel : fal72culture@laligue.org

Et

Benjamin DAGARD, la Ligue de l'enseignement - FAL72

Tél : 02 43 39 27 18

Courriel : fal72education@laligue.org

**Le prochain « Forum Laïcité / Diversité » aura lieu
en mars 2016**