**Plan d’animation «  POUR UNE CULTURE DE LA PAIX »**

**Public cible :** 3e cycle du primaire et 1er cycle du secondaire

**Durée :** 50 à 75 minutes

**Matériels :** Crayons, feuilles

**Diapo 1 : L’animation : *La culture de la paix***

*Présentation de l’animateur(trice).*

Présentation du thème de l’animation : *La culture de la paix.*

L’objectif de cette animation est de :

- sensibiliser les élèves sur un enjeu social et susciter le désir d’engagement citoyen ;

- amener les élèves à  mieux se connaître et devenir des acteurs de changement en faveur pour la paix;

- faire comprendre les notions de justice, d’égalité, de tolérance et de démocratie aux élèves;

- favoriser la coopération et la résolution pacifique des conflits et donner envie d’œuvrer pour un monde plus humain, pacifique et solidaire.

**Diapo 2 : Qu’est-ce que la paix?**

**Posez la question suivante aux élèves :** *Que veut dire la paix pour vous?*

**Élément de réponse possible**

*Un sentiment affectif, un sentiment de sécurité, la joie, la découverte, la confiance, l’entente, l’harmonie avec la nature,  l’absence de conflits, ou un état d’esprit résultant d’une harmonie personnelle.*

Le Petit Robert nous la définit comme suit : " C’est la situation d’une nation, d’un état qui n’est pas en guerre, ce sont des rapports calmes entre nations, c’est la concorde " (***Dimension politique)***

La paix est aussi reliée **aux rapports que nous entretenons avec les autres.** **La paix sociale,** entre deux ou plusieurs personnes qui ne sont pas en conflits. **Par exemple, à l’école** c’est une façon de vivre les relations avec ses pairs, une façon de régler les conflits et de réagir contre l’injustice. ***(Dimension sociale)***

C’est aussi un état de calme et d’harmonie que l’on peut ressentir à l’intérieur de soi nommée souvent **la paix intérieure**. (***Dimension personnelle)***

On peut donc dire qu’il a une **dimension politique, une dimension sociale et une dimension personnelle à la paix.**

L’on peut multiplier les définitions, mais ce qu’il faut retenir c’est que la paix n’est pas seulement l’absence de conflits, l'absence de guerre. **La paix doit être positive, basée sur le respect des droits de l’homme** (justice, égalité, dignité, etc..). C’est une relation entre individus, groupes d’états ou systèmes dans lesquels les conflits sont réglés sans violence.

Chose certaine, la paix est fragile. Que ce soit au niveau personnel, interpersonnel, local ou international, la paix nécessite un engagement de tous les instants. Il faut en prendre soin. Elle est le résultat constant d’un projet et de choix à la fois personnels et collectifs. Un proverbe ivoirien dit que la paix, ce n’est pas juste un mot, c’est un comportement.

***Exercice***

***Q : Demandez maintenant aux élèves de nommer des synonymes du mot « paix » et inscrivez-les au tableau.***

Élément de réponses possibles : état, calme, sérénité, réconciliation, amour, famille, amitié, harmonie…

N.B Cet exercice nous servira plus loin dans l’animation.

**Diapo 3 : L’importance de l’éducation à la paix**

L’éducation à la paix est un ensemble de connaissances, de valeurs, d’attitudes et d’aptitudes permettant de vivre en harmonie avec soi-même, avec les autres et avec la nature. Elle a pour but de développer le sens des valeurs universelles et les types de comportements qui s’inspirent et fondent la paix.

Dans cette animation, nous allons à la fois considérer la paix d’une manière plus globale que le simple concept « d’absence de guerre » : la paix, c’est surtout le développement harmonieux entre les peuples en respect avec l’environnement, mais c’est aussi une façon de favoriser le développement des valeurs humaines et le respect des droits humains. Nous allons aussi l’aborder de façon plus personnelle, en terme d’attitude afin d’apprendre à résoudre nos conflits interpersonnels.

La paix, c’est à la fois la démocratie, le désarmement, le remplacement de la culture de la violence par une culture de la paix et un comportement.

Malheureusement aujourd’hui, la paix est menacée d’une manière sans précédent et cela pose la nécessité d’une éducation à la paix.

**Diapo 4 : Qu’est-ce qu’un conflit?** *(Vous pouvez poser la question aux élèves)*

« Opposition de sentiments, d’opinions entre des personnes ou des groupes. » Larousse

« Contestation entre deux puissances qui se disputent un droit. » Le Petit Robert

Le conflit est difficile à définir parce qu’il revêt de nombreuses formes et survient dans des situations parfois très différentes. S’il est bien géré, un conflit peut être facteur de changement positif dans une relation ou dans la société, voire une occasion d’innover, d’aller plus loin, de changer. Mais un conflit mal géré peut entraîner des actes violents négatifs et destructeurs. Ils seront donc destructeurs ou nous permettront de grandir en fonction de la manière dont ils sont résolus.

La violence quant à elle est un dérèglement du conflit. C’est un processus qui cherche à éliminer l’autre, l’ennemi, celui qui fait obstacle à la satisfaction de ses propres besoins, de ses intérêts, de ses désirs. Derrière chaque acte violent, il existe un conflit inexprimé qu’il faut savoir reconnaître afin de trouver une solution positive.[[1]](#footnote-1)

***Exercice***

***Q : Demandez maintenant aux élèves de nommer des synonymes du mot « conflit » et inscrivez-les au tableau.***

Élément de réponses possibles : rivalité, combat, opposition, guerre, compétition, violence, bataille, ennemi, triste, discorde…

N.B Cet exercice nous servira plus loin dans l’animation.

**Diapo 5 : Pourquoi y a-t-il des conflits armés dans le monde?**

**Quelques sources qui engendrent les conflits armés dans le monde :**

**Les ressources naturelles**

La population mondiale, le rythme de consommation et les besoins des humains grandissent sans cesse, tandis que les ressources naturelles nécessaires pour les satisfaire sont limitées. Cela fait en sorte que certains tentent par tous les moyens de s’approprier les ressources naturelles des autres. Le pétrole, l’eau, les diamants, les terres fertiles, l’or et le bois font partie des ressources les plus convoitées sur la planète[[2]](#footnote-2). Les ressources naturelles peuvent être une source de vives tensions si la population du pays où elles sont situées a l’impression que celles-ci génèrent des injustices. Cela peut se produire lorsque les citoyens ne bénéficient pas assez des retombées économiques reliées à ces ressources, ou s’ils constatent que les profits vont directement dans les poches de politiciens corrompus ou des grandes entreprises. Dans de tels contextes, certains groupes peuvent utiliser les armes pour contrôler l’accès et s’approprier les ressources naturelles. [[3]](#footnote-3)

**Exemple : La République du Congo (IMAGE)**

La République Démocratique du Congo (RDC) est le théâtre de multiples opérations armées et d’une grande instabilité sécuritaire. La violence des batailles pour l’appropriation de **son coltan** (Le coltan est indispensable à la fabrication de composants électroniques, notamment condensateurs et filtres à onde de surface, utilisés en particulier dans les téléphones mobiles) est proportionnelle aux enjeux industriels, économiques et financiers qui lui sont liés. La RDC subit cette guerre dont elle a perdu le contrôle, car le pays est assis sur des gisements massifs de coltan, présentant les plus riches teneurs qui soient, tout en étant facilement exploitables. Sur le plan de la stratégie économique et sécuritaire, l’enjeu du contrôle et de la valorisation du coltan est primordial dans la région.[[4]](#footnote-4) [[5]](#footnote-5)

**L’extrême pauvreté**

Lorsqu’un État manque de ressources financières pour offrir des services publics de base, c’est le niveau de vie de la population qui en écope. C’est notamment le cas de nombreux pays du Sud qui peinent à rendre les soins de santé, l’éducation et l’approvisionnement en nourriture et en eau potable accessibles à l’ensemble de leurs citoyens. L’extrême pauvreté et la perte de dignité humaine qui en résulte peuvent mettre les gens dans un état de colère et d’insatisfaction. Habités du sentiment de n’avoir « rien à perdre », ils pourront avoir davantage recours à la violence pour faire entendre leur voix et exiger de meilleures conditions de vie. Ce phénomène est encore plus important lorsque de grandes injustices sont observables et ressenties au sein d’une même population. Par exemple : lorsqu’une très faible proportion des citoyens vit dans l’extrême opulence et que le reste du pays doit lutter pour sa survie au quotidien.

**L’armement**

Lorsque les besoins fondamentaux des gens ne sont pas comblés, les tensions augmentent et les risques d’explosions violentes sont bien réels. Dans de tels contextes, les gouvernements peuvent être tentés d’augmenter leurs dépenses militaires pour contenir et maîtriser la violence sur leur territoire. Ces investissements, généralement faits auprès de grands marchands d’armes des pays du Nord, font en sorte que moins d’argent peut ensuite être investi par ces pays démunis pour améliorer les conditions de vie des gens… En Afrique seulement, on estime que les conflits armés occasionnent des dépenses de dizaines de milliards de dollars par année, notamment pour l’achat d’équipement militaire, les infrastructures à reconstruire et les blessés à soigner. Des sommes qui pourraient être dédiées à la lutte contre la pauvreté.

**Le partage du territoire**

On dénombre actuellement 197 États sur la planète, dont 193 sont indépendants et membres de l’ONU. Toutefois, la situation mondiale n’en a pas toujours été ainsi. Au fil des siècles, des conflits, des conquêtes et des alliances entre les peuples, des frontières se sont déplacées, sont apparues ou ont été rayées de la carte. Certains pays sont même disparus tandis que d’autres tentent toujours d’être reconnus par la communauté internationale. Malheureusement, ces luttes pour l’indépendance se mènent souvent dans les violences et le chaos le plus complet. Plus près de nous, le partage du territoire suscite également des remous et des confrontations au quotidien. Les « chicanes de voisins » pour l’utilisation d’une portion de la cour arrière ou encore les conflits entre des gens d’affaires et des citoyens pour le développement de projets commerciaux sur des terrains convoités en sont des démonstrations fréquentes et concrètes.

**La soif du pouvoir**

Sans dire que toutes les problématiques reliées au pouvoir entraînent des conflits qui menacent la paix, il faut reconnaître que notre société favorise une compétition parfois malsaine entre les individus, les institutions, les partis politiques et les entreprises. Dans la vie de tous les jours, la lutte pour dominer, contrôler ou avoir le pouvoir peut prendre différentes formes. Nommons, entre autres, le fait de chercher à tout prix à être le premier, le meilleur, à tirer le plus d’avantages pour soi-même et à avoir raison. Ces attitudes et ces comportements, lorsqu’ils nous éloignent des valeurs de solidarité et d’entraide, nuisent à la culture du pacifisme autour de nous.

**L’utilisation de la religion**

Toutes les religions, sans exception, partagent et véhiculent des valeurs qui se ressemblent : l’amour, le partage, l’entraide, la solidarité envers les plus démunis, l’ouverture à l’autre… et la paix. Malheureusement, certains groupes ou individus utilisent la religion pour expliquer ou légitimer des actes de violence pourtant inexcusables et incompatibles avec ces valeurs. Ceux-ci choisissent d’avoir recours à la violence et à la terreur pour faire entendre leur message et imposer leur vision. Il ne faut toutefois pas oublier le fait que ces groupes représentent une infime minorité de personnes et ne sont pas du tout représentatifs de l’ensemble des pratiquants d’une religion.

**Diapo 6 : Le militarisme et les dépenses militaires**

Partout autour du monde, on assiste actuellement à une montée du militarisme, c’est-à-dire à une influence de plus en importante de l’armée et des valeurs militaires. Cela s’exprime notamment par l’augmentation incessante des dépenses militaires.

**Demandez aux élèves :** *Selon vous à combien se sont élevées les dépenses militaires dans le monde en 2014?*

À plus de 1800 milliards de dollars, dont près du tiers (610 milliards) pour les États-Unis seulement. Le Canada, avec un budget de près de 19,3 milliards de dollars pour l’année 2014[[6]](#footnote-6).

Quand on sait qu’il en coûterait 30 milliards de dollars par année pour éliminer la faim dans le monde[[7]](#footnote-7) et 60 milliards de dollars pour abolir la pauvreté extrême de notre planète[[8]](#footnote-8), on peut se poser des questions sur les choix de nos gouvernements : pourquoi investir autant dans la culture de la guerre plutôt que dans une culture de la paix et de la justice pour tous?

La hausse continuelle des dépenses militaires canadiennes n’est pas une avenue dans laquelle notre pays devrait s’engager. Nous croyons plutôt qu’une baisse des dépenses militaires pour en revenir au niveau préconisé par le Canada à l’époque où nous ne prenions part qu’à des missions de paix de l’ONU (c’est-à-dire à 11,3 milliards de dollars, comme en 1997-1998[[9]](#footnote-9)) serait une avenue plus cohérente avec les valeurs de pacifisme historiquement portées par le Canada.

Une des raisons pour lesquelles nous prônons cette réduction des dépenses militaires se situe au niveau économique : les dépenses militaires sont un choix injustifiable économiquement.

**Diapo 7 : La culture de la violence**

Pour arriver à construire un monde de paix, il faut d’abord prendre conscience de l’importance qu’occupe la culture de la violence dans les différentes sphères de notre vie. La violence est tellement présente autour de nous qu’elle en devient banale, qu’elle ne fait presque plus réagir. Elle fait partie de notre quotidien, de notre vocabulaire, de notre culture politique… et même de nos loisirs!

**La violence dans les médias**

Le thème de la violence dans les médias suscite la controverse et divise les opinions depuis des décennies. Bien que de nombreuses études aient été publiées sur le sujet, il est difficile d’en dégager un vaste consensus, notamment parce que la communauté scientifique n’arrive pas à s’entendre sur une seule et même définition de ce qu’est la « violence » dans les médias[[10]](#footnote-10). Par exemple : une discussion orageuse dans un film devrait-elle être catégorisée de « violente » au même titre qu’une attaque physique ou qu’un meurtre? Cependant, en analysant les résultats de multiples études, il est possible de s’entendre sur le fait que les enfants les plus à risque d’avoir des comportements violents sont ceux qui :

* regardent fréquemment des émissions violentes;
* s’identifient aux personnages violents présentés dans ces émissions;
* croient que les émissions violentes reflètent fidèlement la réalité[[11]](#footnote-11).

On estime qu’aux États-Unis, les enfants sont exposés à environ 200 000 actes violents et 40 000 meurtres à la télé, au cinéma et dans les bulletins d’information depuis leur tendre enfance jusqu’à leurs 18 ans[[12]](#footnote-12). En plus de banaliser le phénomène en présentant des gestes violents qui sont rarement accompagnés de conséquences pour ceux qui les commettent, les médias rendent les téléspectateurs plus tolérants aux comportements agressifs dont ils sont témoins au quotidien[[13]](#footnote-13).

**La violence dans les jeux vidéo**

Les avis sont également partagés quant à l’influence des jeux vidéo violents sur l’adoption de comportements agressifs chez les jeunes. Certains clament que ces jeux permettent de développer des aptitudes de coopération, d’apprendre à mieux gérer la violence et la peur au quotidien et de se défouler[[14]](#footnote-14). D’autre part, certaines études tendent à démontrer que les jeux violents font augmenter les comportements agressifs chez les plus jeunes en présentant la violence comme une bonne façon de gérer ses conflits[[15]](#footnote-15) en encourageant la violence pour se faire justice soi-même dans la vie de tous les jours, particulièrement chez ceux qui ont déjà une propension naturelle aux comportements violents[[16]](#footnote-16). Enfin, les jeux vidéo où la violence est omniprésente viendraient brouiller le jugement sur ce qui est bien ou mal, moral ou immoral, ainsi que diminuer la capacité d’empathie chez les joueurs[[17]](#footnote-17).

Une importante partie des jeux classés pour adolescents requièrent du joueur qu’il blesse un adversaire et/ou accordent même des points pour le meurtre d’un adversaire. Notons par ailleurs que, souvent, les ennemis dans les jeux ressemblent aux ennemis stéréotypés par les médias occidentaux (ex. : Noirs, Arabes, etc.). Le joueur, peu importe son âge ou sa maturité, doit apprendre, sur une longue période de temps, à accepter, à tolérer ou encore à apprécier la violence qu’il inflige. Avec les jeux vidéo, les enfants ne se contentent plus de voir la violence, ils la commettent. Ces jeux vidéo ne sont pas inoffensifs. Ils renforcent chez les jeunes la tendance actuelle de banaliser et d’intérioriser la violence comme mode de comportement anodin et acceptable.

Croyez-vous que ce type de divertissement aurait un effet sur vous? C’est ce dont l’armée américaine est persuadée, finançant la création des jeux *America's Army* et *Full Spectrum Warrior* afin d’accroître son recrutement[[18]](#footnote-18).

Saviez-vous que…? :

* + À l’âge de 12 ans, un enfant ayant une consommation « moyenne » de télévision aura été témoin de 8 000 meurtres[[19]](#footnote-19).
  + Selon les statistiques, en 2013, **chaque Québécois a passé en moyenne plus de 6 heures de “temps-écran” *(télé, ordinateur, tablette…)* par jour**![[20]](#footnote-20)

**Diapo 8 : Construire la paix**

***Exercice*** *(En référence à ce qui est inscrit dans la section ci-haut (définition de la paix et du conflit))*

Revenez aux mots inscrits sur le tableau. Un groupe de mots (no.1) représente les synonymes du mot « paix » et l’autre groupe de mots (no.2) représente celui du mot «conflit ».

**Q : *Demandez aux élèves dans quel groupe ils se situent (relation avec les autres…) et dans lequel ils auraient envie de se situer?***

Selon différents facteurs mentionnés plus haut, l’être humain peut se retrouver dans l’un ou l’autre des groupes selon la situation. Nous allons essayer de comprendre, dans les diapositives suivantes, comment, tant à l’échelle internationale qu’à l’échelle humaine, chacun peut contribuer à construire la paix.

Nous allons nous donner quelques outils nécessaires afin qu’ensemble nous devenions des acteurs de changement prêts à construire un monde de paix.

**Diapo 9 : Que peut-on faire à l’échelle internationale?**

**À l’international, il existe une multitude d’acteurs internationaux, nationaux et locaux qui ont un rôle à jouer dans la prévention des conflits.** Les institutions financières internationales, la société civile, le secteur privé et les médias peuvent tous faire progresser la question de la prévention des conflits.

Malgré l’ampleur de la culture de la violence autour de nous et tous les obstacles à la paix, plusieurs organisations travaillent avec patience et conviction afin de construire un monde plus pacifique. Il s’avère important d’en connaître quelques-unes et de les appuyer.

**L’ONU**

**C’est quoi l’ONU? (1min.36)**

Petite vidéo animée réalisée par *1jour1actu* afin de vous présenter l’ONU en moins de deux minutes!

L’ONU, l’Organisation des Nations Unies, fête ses 70 ans. Grâce à ses Casques bleus, elle intervient en ce moment pour maintenir la paix dans 15 pays du monde, dont 9, en Afrique. Mais comment a été créée l'ONU et quel est son rôle exactement ? Toutes les réponses sont dans la vidéo. <http://www.1jour1actu.com/info-animee/onu/>

De par son statut unique à l'échelon international et les pouvoirs que lui confère sa [Charte](http://www.un.org/fr/documents/charter/)fondatrice, l'Organisation des Nations Unies (ONU) peut prendre des mesures pour résoudre un grand nombre de problèmes auxquels est confrontée l'humanité au 21e siècle, telles que la paix et la sécurité, le changement climatique, le développement durable, les droits de l'homme, le désarmement, le terrorisme, les crises humanitaires et sanitaires, l'égalité entre hommes et femmes, la gouvernance, la production alimentaire et d'autres encore.

L'ONU constitue aussi un forum où ses membres peuvent exprimer leur point de vue à l'Assemblée générale, au Conseil de sécurité, au Conseil économique et social ainsi que dans d'autres organes et commissions. Grâce à son rôle dans le dialogue et la négociation, l'Organisation est devenue un mécanisme permettant aux gouvernements de trouver des domaines d'entente et de résoudre ensemble des problèmes.

L'Organisation compte **193 membres (États)**.

En vertu de sa charte précisée dans l'article 1, l'ONU s'efforce d'être un lieu où se construit un avenir meilleur pour tous les [êtres humains](https://fr.wikipedia.org/wiki/%C3%8Atres_humains), et cela à travers quatre objectifs :

* maintenir la paix et la sécurité dans le monde ;
* développer les relations amicales entre les nations ;
* réaliser la coopération internationale sur tous les sujets où elle peut être utile et en encourageant le respect des droits de l'Homme ;
* être un centre où s'harmonisent les efforts des nations dans des objectifs communs.[[21]](#footnote-21)

**Les Casques bleus**

La Force de maintien de la paix des **Nations unies**, aussi connue sous le nom de « Casques bleus » (à cause de la couleur du couvre-chef de ses soldats) est, à la base, une initiative proposée par l’ancien premier ministre canadien Lester B. Pearson en 1956. Depuis ce temps, cette « armée internationale » au service de la paix a mené près de 70 opérations aux quatre coins du monde, avec différents objectifs : protéger les civils et les réfugiés, désarmer et déminer, surveiller l’application d’un cessez-le-feu, participer à la réinsertion d’anciens combattants, défendre les droits humains, veiller à l’organisation d’élections libres, former des policiers, etc. En 2015, plus de 120 000 personnes étaient employées par les Casques Bleus afin de s’assurer du bon déroulement des 16 missions actuellement en cours. Cette organisation a d’ailleurs été récompensée par un **Prix Nobel** de la paix en 1988.

**La Journée internationale de la paix est le 21 septembre.**

En 1981, les pays membres de l’ONU décidaient d’établir une journée internationale pour la paix. D’abord célébrée le troisième mardi de septembre, la journée se déroule officiellement le 21 septembre de chaque année depuis 2001. Cette journée est un appel mondial à la non-violence et à la résolution pacifique des conflits : un des objectifs de l’ONU est d'ailleurs que cette date devienne synonyme d’un cessez-le-feu partout sur la planète. D’un point de vue individuel, le 21 septembre offre aussi l’occasion de nous interroger sur notre rôle dans la quête de la paix au quotidien, aux niveaux local et mondial.

**Les artistes pour la paix**

Depuis 1983, l’organisme sans but lucratif québécois *Les artistes pour la paix* fait la promotion de la paix et du désarmement sans parti prix pour quelque pays que ce soit et en dehors de toute allégeance politique.

Annuellement, des centaines d’artistes sont membres de cette initiative qui sensibilise les citoyens aux actions et aux moyens visant à aider la cause de la paix et du désarmement.

Si le temps vous le permet, vous pouvez lire à voix haute cet extrait :

*Nos armes de paix à nous sont la création, la musique, la peinture, le théâtre, la danse.  
Nos armes de paix sont nos gestes et nos paroles.*

*Nos armes de paix ce sont, nos engagements.  
Engagements ancrés dans le respect des autres, dans ce désir de voir un jour la force de la non-violence et du dialogue comme solution aux conflits.*

*Nos paroles, nos marches, nos manifestations n’ont rien d’inutile; elles trouvent écho dans le présent de ce monde...*

*Nos paroles, nos actions n’ont rien d’inutile elles trouveront écho dans les générations à venir.*

***Richard Séguin****, auteur, compositeur, interprète*

**Diapo 10 : Des leaders de la paix**

**Malala Yousafzai :**

Malala est une jeune fille originaire du Pakistan. Lorsque les talibans s’emparent de la vallée où elle réside avec sa famille, ils interdisent l’accès à l’école pour les filles. Malgré cela, Malala continue d’aller à l’école et elle publie même un roman pour revendiquer son droit à l’éducation. Cela lui vaut d’être la cible d’un attentat qui, en 2012, a failli la tuer. Elle n’a alors que 15 ans. Malgré cette attaque, Malala refuse de se taire. À 17 ans, elle remporte le Prix Nobel de la paix, ce qui fait d’elle la plus jeune récipiendaire dans l’histoire de ce prix. Aujourd’hui, elle est un symbole de la défense de l’éducation des filles dans le monde.

**C’est qui Malala** **Yousafzai ? (1min.42)**

Malala Yousafzai est une jeune Pakistanaise de 17 ans. Elle se bat pour que toutes les filles aient le droit d'aller à l'école. Mais pourquoi Malala est-elle devenue célèbre ? Petit vidéo animé de *1 jour1actu* pour répondre à cette question en moins de deux minutes. [http://www.1jour1actu.com/info-animee/cest-qui- malala/](http://www.1jour1actu.com/info-animee/cest-qui-%20%20malala/)

**Diapo 11 : Gandhi**

**C’est qui Gandhi ? (1 min.42)**

Petite vidéo animée réalisée par *1jour1actu* afin de vous présenter Gandhi en moins de deux minutes. <http://www.1jour1actu.com/info-animee/cest-qui-gandhi/>

Arun Gandhi a fait la majorité de ses actions pacifiques en Afrique du Sud et en Inde. La colère, lui disait son grand-père, est un sentiment puissant qu’il faut savoir contrôler pour qu’il alimente des gestes positifs. Toutefois, l’inaction revient à approuver les actes violents. Il faut donc prendre position de façon non violente par des marches ou de la sensibilisation par des discours en public.

Gandhi combat l’injustice dans le monde en pratiquant la non-violence; il refuse de participer à des actes qui peuvent nuire aux autres. Pour lui, il faut d’abord savoir se maitriser soi-même avant de pouvoir agir sur les autres.

Les idées et les actions de cet homme continuent d’exercer une influence considérable chez de nombreuses personnes et des organisations soucieuses de contrer les injustices par des moyens non violents. Voici quelques citations de Gandhi à méditer:

* Vous devez être le changement que vous voulez voir dans ce monde.
* Commencez par changer en vous ce que vous voulez changer autour de vous.
* Une once de pratique vaut mieux que des tonnes de discours.
* En opposant la haine à la haine, on ne fait que la répandre, en surface comme en profondeur.
* Si l’on pratique « oeil pour oeil, dent pour dent », le monde entier sera bientôt aveugle et édenté.
* Vivre tous simplement pour que tous puissent simplement vivre.
* C’est une erreur de croire nécessairement faux ce qu’on ne comprend pas.
* Il n’y a pas de **chemin** de **paix, la paix, c’est le chemin.**
* La non-violence est la plus grande force que l’humanité ait à sa portée. Elle est plus puissante que l’arme la plus destructive inventée par l’ingéniosité de l’homme

**Martin Luther King junior**

Martin Luther King junior est un pasteur protestant qui a consacré sa vie à la lutte pacifique pour les droits des Noirs aux États-Unis. Il faut savoir que l’esclavage a longtemps existé aux États-Unis et que plusieurs lois interdisaient aux gens de couleurs d’avoir les mêmes droits que les blancs. Martin Luther-King, dans les années 1950 et 1960 encourage les Afro-Américains à s’opposer au racisme dont ils sont victimes par des gestes non violents. Les nombreuses manifestations pacifiques menées par Martin Luther King finiront par interdire la ségrégation raciale aux États-Unis. En 1963, il prononce son célèbre discours *I have a dream*: « Je fais le rêve qu’un jour, jusqu’au fin fond de la Géorgie, du Mississippi et de l’Alabama, les fils des anciens esclaves et les fils des anciens propriétaires d’esclaves pourront vivre ensemble comme des frères. »

**Diapo 12 : Et nous dans tout ça?**

**Demandez aux élèves** : *Selon vous, y a-t-il des choses que l’on peut faire, des actions que l’on peut poser afin de contribuer à bâtir un monde plus pacifique et ouvert aux autres? Et ce, même si notre propre pays n’est pas en guerre?*

Pour bâtir un monde plus pacifique, il faut d’abord commencer par soi-même et débuter dès aujourd’hui! La paix se construit au quotidien en adoptant des attitudes et des comportements qui favorisent la paix. Comme pour la pratique d’un sport ou d’un instrument de musique, le développement de ces attitudes et des comportements qui leur sont reliés demandent du temps et du cœur. Cela nécessite un travail continuel sur soi-même et une bonne dose de persévérance!

Voici quelques attitudes qui peuvent faire la différence. Bien sûr, il en existe plusieurs autres.

**Diapo 13 : Ce qu’on peut faire face à la culture de la violence dans les médias :**

* + Choisir de regarder des films ou des émissions à contenus non violents.
  + Réduire le temps passé devant la télévision (ex. : Défi sans télé)
  + Éviter les chaînes de télévision réputées pour leur contenu violent et éviter de regarder la télévision après 20 h (heure après laquelle la majorité des contenus violents sont projetés).

**Diapo 14 : Privilégier des jeux vidéo non violents**

Pourquoi ne pas choisir de jouer à des jeux vidéo non violents, par exemple : jeux d’adresse, de réflexion, de course, d’énigmes…

**Diapo 15 : Résolution pacifique des conflits**

Faire face à des conflits est une des meilleures situations d’apprentissage qui vous donnera de nombreuses habiletés qui vous seront précieuses tout au long de votre vie.

**Diapo 16 : La saine gestion de nos frustrations**

Il est tout à fait normal de vivre des frustrations. Construire la paix ne veut pas dire de ne plus en avoir, mais plutôt d’apprendre à gérer nos émotions plus sainement. L’exercice physique, la pratique d’un sport ou d’un instrument de musique, le chant, la danse, la peinture, l’écriture sont des exemples d’activités qui permettent d’évacuer le stress, la colère ou d’autres émotions négatives qui peuvent nous habiter.

Si le temps vous le permet, posez la question suivante :

***Quels sont tes moyens pour gérer plus sainement les frustrations de la vie?***

**Diapo 17 : Comment gérer les conflits en 4 façons**

Par exemple, un conflit entre 2 personnes peut se terminer de quatre façons, dont certaines sont violentes, et d’autres pas :

1. **Les deux parties choisissent la bagarre, d’éliminer l’adversaire**

Résultat : Le conflit s’empire au lieu de disparaître.

1. **Les deux parties choisissent de s’ignorer**

Résultat : Le conflit devient latent, le désir de violence est prêt à éclater à la moindre étincelle.

**Diapo 18 :**

1. **Les deux parties choisissent de dialoguer avec l’appui d’un médiateur**

Résultat : En faisant appel à un adulte ou à une personne-ressource qui peut agir à titre de médiateur pour gérer le conflit. Son rôle est d’écouter les deux parties et les amener à formuler un accord qui soit satisfaisant **pour les deux.**

Il est important de parler à quelqu’un qui peut t’aider lorsque tu vis des conflits ou de la violence, si quelqu’un te fait mal ou si tu es triste ou que tu n’es pas en paix avec les autres. Tu peux en parler à quelqu’un en qui tu as confiance comme tes parents ou un membre de ta famille.

**Diapo 19 : L’exemple de la médiation scolaire pour la résolution pacifique des conflits**

La médiation est un processus coopératif qui vise à prévenir ou à réguler les conflits relationnels entre les personnes par l’intermédiaire d’un tiers appelé médiateur, formé à la médiation. La médiation « par les pairs » en milieu scolaire signifie que les médiateurs sont des jeunes du même âge ou à peine plus âgés, formés à la médiation, mais avec le même statut d’élèves. Les élèves médiateurs vont proposer leur aide lors de désaccords, disputes ou de bagarres, ou à des victimes de violence. Les impacts des groupes de jeunes médiateurs sont réels. Ils diminuent les tensions et les violences à l’école, ils recréent les liens brisés entre eux et avec les adultes, ils mettent en place des solutions constructives. Les jeunes se sentent utiles, responsables et se disent plus sensibles aux conflits. Ils modifient leurs façons d’être pour donner l’exemple autour d’eux.

*Savais-tu que plusieurs écoles au Québec et dans le monde ont mis en place des groupes de jeunes médiateurs de paix dans leur milieu?* Pour en apprendre davantage sur les [jeunes médiateurs de paix.](http://institutpacifique.com/programmes-et-services-en-resolution-de-conflits/programmes-vers-le-pacifique-et-differents-mas-pas-indifferents/programme-vers-le-pacifique-au-prescolaire-et-au-primaire/)

**Diapo 20 :**

1. **les deux parties choisissent de dialoguer directement**

Pour ce faire, chacun doit utiliser l’écoute et la parole, en laissant à chacun la possibilité de s’exprimer librement, mais respectueusement, sur sa perception du conflit. Bon nombre de difficultés relationnelles sont dues à des perceptions correspondant à des **jugements** plutôt qu’aux faits réels. Face à une situation de conflit, il convient souvent de revenir aux faits en les distinguant des émotions et des préjugés qui y sont associés.

**Diapo 21 : Communication non-violente**

Dans notre vie courante, une des stratégies les plus concrètes et simples à mettre en application pour participer à la construction d’un monde pacifique et harmonieux passe notre façon de communiquer avec les autres. Le recours à la communication non-violente (verbale et non-verbale) peut faire toute la différence dans nos rapports avec notre famille, nos ami(e)s, nos enseignant(e)s et tous ceux qui nous entourent. Elle peut notamment influencer positivement l’issue d’une discussion ou d’un différend en mettant les personnes impliquées dans des dispositions favorables, où elles se sentent respectées et sont plus propices à vouloir faire des compromis.

**Diapo 22 : Qu’est-ce que la communication non-violente?**

La communication non-violente est une méthode communicationnelle développée dans les années 1960 par le psychologue américain Marshall Rosenberg. Elle vise à développer des relations harmonieuses et respectueuses entre les humains, principalement pour arriver à résoudre les conflits et mieux se connaître soi-même[[22]](#footnote-22). Elle est basée sur deux faits principaux, c’est-à-dire que tous les humains ont les mêmes besoins fondamentaux et chaque personne est capable de faire preuve de compassion et de bienveillance à l’égard des autres.

**Diapo 23 : Mettre en pratique la communication non-violente**

La communication non-violente propose d'apprendre l'alphabet d'une communication débarrassée de toute violence, à commencer envers soi-même. La technique repose sur l'application de quatre principes fondamentaux[[23]](#footnote-23) :

1. **OBSERVATION : Toute situation doit pouvoir être observée sans juger les autres.**

Il faut ici éviter d'utiliser des évaluations et des jugements, parce que si notre interlocuteur se sent jugé, il aura tendance à s'investir dans l'autodéfense plutôt que la compréhension.

1. **SENTIMENT : Chacun doit apprendre à exprimer son propre ressenti ;**

De manière générale, à chaque fois qu'intervient le mot « tu » dans une phrase (« vous », « les autres »...), la probabilité est très forte qu'il s'agisse d'un jugement et non d'un sentiment. Il est important d’apprendre à exprimer ce que je ressens en présence de certains faits : suis-je triste, joyeux, inquiet etc…

1. **BESOINS : Chacun doit apprendre à exprimer ses besoins ;**

Quand nous ne sommes pas conscients du lien entre nos besoins et nos sentiments, nous croyons que ce sont les situations qui, seules, provoquent ce que nous ressentons et nos attitudes[23](https://fr.wikipedia.org/wiki/Communication_non-violente#cite_note-23). Entre les actions des autres et nos sentiments, il y a nos besoins qui sont un élément de causalité intermédiaire. D'où l'importance de déterminer les besoins et de les assumer. Par ailleurs, si l'on accompagne nos demandes de l'explication des raisons profondes, on permet à l'autre de nous comprendre et, si jamais il ne peut accepter ce que nous demandons, il proposera plus spontanément une alternative permettant de satisfaire à la fois le porteur de la demande et lui-même[24](https://fr.wikipedia.org/wiki/Communication_non-violente#cite_note-24).

1. **DEMANDES : Chacun doit apprendre à formuler ce qu'il attend de l'autre.**

Une demande a toutes les chances d'être entendue quand elle est :

* + active et positive : demander ce que l'on veut, et non pas ce que l'on *ne veut pas*, exprimer dans un langage incitant à l'action.
  + Consciente et explicite : les demandes implicites sont source de mauvaise interprétation et de désarroi pour ceux à qui elles s'adressent.
  + Simple, claire et précise : le but de la demande est clair pour tous et sa réalisation est à la portée de l'interlocuteur.

**Exemple (en lien avec l’image de la diapositive 24 :**

"Lorsque tu laisses tes vêtements dans le salon **[observation],**

**je** suis de mauvaise humeur **[sentiment],**

car **j’ai besoin** de plus d’ordre dans les pièces que nous partageons **[besoin précisé].**

"Pourrais−tu, s’il te plaît, prendre tes affaires et les mettre dans ta chambre ?" **[demande précise et concrète]**.

La pratique permet de renoncer à tout jugement de l’autre pour sentir ce qui se passe en soi, tout en favorisant une collaboration mutuelle. Ce n'est en aucun cas une thérapie, toutefois elle peut avoir des retombées positives en termes de connaissance de soi.

**Diapo 24 : Communication basée sur la domination**

Voici un premier exemple d’un langage basé sur la domination. Cette forme de communication ; utilise des formes de violence (insulte, menace), cherche à convaincre, utilise des formes de manipulation : culpabilité, honte, éloge, punition, récompense, insinue souvent que l’autre est la cause de ses sentiments ou réactions et cherche à outrepasser la liberté de choisir (la sienne ou celle des autres). Exemple :

« Tu es insupportable de laisser trainer tes affaires comme ça, tu n’as aucun respect pour les autres personnes qui vivent ici… surtout que tu es le premier à trouver que c’est plus agréable quand c’est rangé, je ne te comprends pas… »

**Diapo 25 : Les quatre étapes de la communication non-violente**

Les **quatre étapes de la communication non-violente** permettent plutôt à l’autre de décider, en toute liberté de répondre « oui » ou « non » à la demande exprimée. En utilisant ces quatre points et en aidant l’autre à faire de même, nous établissons un courant de communication qui débouche naturellement sur la bienveillance.

Exemple :

« Lorsque tu laisses tes vêtements dans le salon **[observation],** je suis de mauvaise humeur **[sentiment]** car j’ai besoin de plus d’ordre dans les pièces que nous partageons **[besoin précisé].** "Pourrais-tu, s’il te plaît, prendre tes affaires et les mettre dans ta chambre ? » **[Demande claire et concrète].**

**Diapo 26 :**

En utilisant ces quatre points et en aidant l’autre à faire de même, nous établissons un courant de communication qui débouche naturellement sur une meilleure compréhension.

**N.B Pour aller plus loin, référez-vous à l’album pédagogique *« Comprendre pour agir : Pour une culture de la paix ».***

**Diapo 27 : Mettre en pratique la règle d’or de la communication : Le « tu » tue et le « je » donne vie!**

*Expliquer cette règle aux élèves en donnant un exemple.*

Au lieu de : « Tu m’énerves. », on peut dire : « Je n’aime pas lorsque tu fais telle chose. ». Le fait de débuter notre intervention par le « je » et non le « tu » est moins agressant et nous permet d’exprimer nos propres émotions plutôt que d’accuser l’autre.

« Je ressens… », « J’ai besoin… »

**Diapo 28 : Le voyage de la graine de paix**

Prenez le temps de raconter un conte d’Arun Gandhi. (Petit fils du Mahatma Gandhi)

Un roi indien qui souhaitait connaître la définition de la paix. Le roi indien demande à chacune des personnes venant chez lui ce que signifie la paix, mais aucune définition ne le satisfait vraiment. Un jour un homme qui n’avait pas la réponse lui suggéra d’aller voir un vieux sage qui habitait le village voisin.

En arrivant chez le vieux sage, le roi lui pose son éternelle question : qu’est-ce que la paix ? Le sage se retire pour chercher quelque chose puis revient avec une graine de blé. Il la tend au roi et lui dit voilà, c’est ça la paix. Le roi ne comprend pas, mais ne voulant pas le montrer le remercie et s’en va avec sa graine.

De retour chez lui, il dépose la graine dans une petite boite en or. Et chaque jour, il ouvre sa boite pour comprendre ce qu’est la paix, mais il ne voit qu’une graine dans une boite et ne comprend toujours pas. Un jour, l’homme qui lui avait suggéré d’aller voir le grand sage revient le voir. Le roi le remercie encore de lui avoir proposé d’aller voir le grand sage et lui explique qu’il a reçu une graine, mais que cela ne résout pas sa question, il ne comprend toujours pas ce que signifie la paix.

C’est ainsi que l’homme lui explique que s’il met **cette graine au contact des éléments elle donnera un champ de blé. *(Métaphore afin d’exprimer en quelque sorte un monde de paix)***

Arun Gandhi conclut que celui qui trouve la paix en lui et la garde dans son cœur la laisse périr avec lui. Mais que l’homme qui diffuse son message de paix construit lui aussi, un champ de blé.

*Chaque élève pourrait recevoir une graine de blé.*

Nous avons vu ensemble des bases concernant la communication non violente, et dans les diapositives suivantes nous allons voir **quelques éléments** souhaitables afin de faire grandir un champ de blé autour de soi.

**Diapo 29 : Comment cultiver la paix autour de soi**

Il s'agit d'un engagement de soi et des autres au quotidien dans l'application de valeurs personnelles à travers ses actes, ses paroles et sa façon de penser.

Pour bâtir un monde plus pacifique… il faut d’abord commencer par soi-même! L’adoption d’attitudes positives peut faire en sorte de transformer une potentielle situation conflictuelle en accommodement pacifique « gagnant-gagnant », c’est-à-dire qui convient à toutes les personnes impliquées!

**Diapo 30 : La paix se construit par :**

Construire une société juste et équitable, où prévalent le respect des droits de l’homme, la tolérance, la résolution pacifique de conflit, l’ouverture aux autres, la coopération, la solidarité, l'encouragement des valeurs humanistes et démocratiques est nécessaires pour que la paix devienne un projet collectif.

**La tolérance**

La tolérance est le respect et l’appréciation de la diversité culturelle de notre monde. C’est aussi l’attitude de quelqu'un qui admet chez les autres des manières de penser et de vivre différentes des siennes propres. La diversité des nombreuses religions, langues, cultures et caractéristiques ethniques qui existent sur notre planète ne doit pas être un prétexte à conflit, elle est au contraire un trésor qui nous enrichit tous.

**L’ouverture à la différence**

Développer des réflexes d’ouverture face à la différence est une condition nécessaire pour construire la paix. Dans la mesure où cela respecte les droits humains fondamentaux, ce qui est différent n’est pas forcément mauvais ou dangereux en soi. Malheureusement, plusieurs personnes tendent à le penser et à cultiver la peur de ceux qui ne sont pas ou qui ne pensent pas comme eux ainsi qu’à se refermer sur eux-mêmes.

Cela suppose, entres autre, de manifester de l’intérêt à ce qui est différent, d’éviter les jugements hâtifs et, parfois, de remettre en question nos façons de faire et de voir la vie.

Si tout le monde pensait de la même façon, la vie serait peut-être plus facile, mais tellement plus ennuyante. Le monde est riche de sa diversité.

Nomme quelques apprentissages que tu as effectués en côtoyant des gens différents de toi.

**Le partage**

Le partage de nos talents, de nos biens, de nos sous et de notre temps est une attitude qui peut contribuer à faire une différence autour de nous et même à l’autre bout de la planète. Le partage permet, entre autres, à ce que chacun ait accès à une diversité de biens matériels, de services, de connaissances. Par exemple, le partage des idées de plusieurs personnes a permis d’enrichir le contenu de cet album et de donner du sens à notre travail.

**La politesse et la courtoisie**

Bonjour! Merci! S’il-vous-plaît! Voilà quelques mots de politesse qu’on nous a enseignée mais que nous omettons souvent de prononcer. Ceux-ci font pourtant une réelle différence dans nos rapports avec les autres. La courtoisie est une forme de politesse qui nous amène à agir en prenant en compte les besoins des autres. Par exemple, on est courtois lorsque l’on cède notre place à une personne plus âgée dans un autobus ou que l’on retient la porte pour une personne dernière nous à l’entrée d’un commerce.

**L’altruisme**

Accorder de la valeur à l’autre et se sentir concerné par sa situation sont deux composantes essentielles de l’altruisme. Cette attitude se manifeste sous la forme de la bienveillance (vouloir du bien) envers les autres, peu importe que nous les connaissions ou non. Une personne altruiste tentera donc de prendre soin et de venir en aide à l’autre qui est dans le besoin. À l’inverse, si nous accordons peu de valeur à l’autre, il nous sera indifférent et son malheur ou son bonheur nous importera peu.

**La compassion**

La **compassion** est une vertu par laquelle un individu est porté à percevoir ou ressentir la souffrance d'autrui, et poussé à y remédier. D'où le besoin de ce mot, ainsi que de celui d'empathie. La compassion revient à ressentir la souffrance de l'autre, animé d'une intention d'amour. Il existe souvent une confusion entre pitié (sentiment) et compassion (vertu). La « miséricorde » ou « commisération » peut s'apparenter à la compassion avec une sémantique plus religieuse.[[24]](#footnote-24)

**La coopération**

La **coopération** est l'action de coopérer, de **participer à une œuvre, à un projet commun avec une ou plusieurs personnes**. Elle permet de tisser des liens avec les autres et de les considérer comme des alliés plutôt que comme des compétiteurs qu’il faut surpasser. La coopération nécessite un certain degré de confiance envers les autres, de compréhension mutuelle ainsi qu’une capacité de bien communiquer ses besoins. Les autres deviennent un moteur pour t’aider à avancer plutôt que de vouloir te mettre des bâtons dans les roues!

**Diapo 31**

Les jeux coopératifs ont le mérite de développer le respect de chacun, la confiance (avoir confiance, faire confiance, mériter la confiance) et l'esprit d'équipe.

**Petit exercice** (5 minutes) (si le temps vous le permet)

**Matériel :** crayons, feuilles, cache-yeux.

*Le groupe est séparé en deux, une moitié avec les yeux bandés et l’autre qui regarde un dessin préparé par l’animateur. Les joueurs aux yeux bandés doivent tous recopier le dessin aussi précisément que possible à l’aide des descriptions que vont faire leurs camarades qui observent le dessin, mais qui n’ont pas le droit de dessiner. Le jeu peut se faire dans un temps limité afin d’ajouter plus de pression au groupe. Après le temps suggéré, vous pouvez changer les rôles de chacun.*

**Diapo 32 Dessin suggéré** *(à ne pas montrer avant que les élèves aient les yeux cachés)*

**

*Symbole chinois pour la paix*

**Retour sur l’activité**

Ce petit jeu a permis à chacun de vous de comprendre, tout en coopérant, l’importance de la parole. Comment celui qui décrit l’image a-t-il réussi à te faire comprendre, comment s’est-il exprimé, les mots choisis? Comment le dessinateur a-t-il communiqué ses besoins? Il est parfois difficile de bien se faire comprendre.

Quand tu tentes de t’exprimer face à un conflit, utilise toujours une communication pacifique et efficace, rappelle-toi que tu dois :

– Être capable d’affirmer ton point de vue, de faire entendre ton opinion;

– Être capable de recevoir le message de ses partenaires ou de ses adversaires et d’établir un dialogue qui construise une issue au conflit.

– Être capable de coopérer et négocier plutôt que de s’enfermer dans la seule confrontation compétitive.

– Être capable d’imagination pour inventer des solutions inédites.

**Diapo 33**

Pour conclure,posez aux élèves la question suivante : *J’aimerais savoir en levant la main, combien d’entre vous croient qu’il est important de vivre dans un monde de paix*.

Demandez aux élèves quel(s) geste (s) de paix il fera aujourd’hui et proposez aux élèves de prendre une minute tous les jours pour penser à un ou des gestes afin de devenir des ambassadeurs de la paix!

Un geste à la fois... nous bâtirons un monde aux couleurs de nos valeurs!

Références : <http://www.graines-de-paix.org/fr/outils_de_paix/proverbes_de_paix>

<http://www.archipel.uqam.ca/4656/1/D2299.pdf>

1. Extraits tirés du recueil : *Jouons pour s’entendre,* créés parPax Christi Wallonie-Bruxelles. [↑](#footnote-ref-1)
2. <http://www.un.org/fr/events/environmentconflictday/> [↑](#footnote-ref-2)
3. <http://www.ledevoir.com/societe/actualites-en-societe/91098/la-guerre-pour-les-ressources-naturelles-a-t-elle-commence> [↑](#footnote-ref-3)
4. <https://logiquesdares.wordpress.com/2015/05/13/lenjeu-du-coltan-guerre-et-paix-dans-le-bassin-du-congo/> [↑](#footnote-ref-4)
5. [↑](#footnote-ref-5)
6. http://www.lapresse.ca/le-nouvelliste/chroniques/le-monde-vu-dici/201505/11/01-4868787-combien-de-milliards-en-depenses-militaires.php [↑](#footnote-ref-6)
7. <http://www.fao.org/Newsroom/fr/news/2008/1000853/index.html> [↑](#footnote-ref-7)
8. <http://www.oxfam.org/fr/salle-de-presse/communiques/2013-01-19/le-revenu-annuel-des-100-personnes-les-plus-riches-suffirait> [↑](#footnote-ref-8)
9. <http://www.sipri.org/research/armaments/milex/research/armaments/milex/milex_database> [↑](#footnote-ref-9)
10. <http://habilomedias.ca/violence/que-savons-nous-propos-violence-m%C3%A9dias> [↑](#footnote-ref-10)
11. <http://habilomedias.ca/violence/que-savons-nous-propos-violence-m%C3%A9dias> [↑](#footnote-ref-11)
12. <http://www.actualites.uqam.ca/2013/medias-culture-et-violence> [↑](#footnote-ref-12)
13. <http://habilomedias.ca/violence/que-savons-nous-propos-violence-m%C3%A9dias> [↑](#footnote-ref-13)
14. <http://www.actualites.uqam.ca/2013/medias-culture-et-violence> [↑](#footnote-ref-14)
15. <http://habilomedias.ca/violence/que-savons-nous-propos-violence-m%C3%A9dias> [↑](#footnote-ref-15)
16. <http://www.actualites.uqam.ca/2013/medias-culture-et-violence> [↑](#footnote-ref-16)
17. <http://sante.lefigaro.fr/actualite/2013/12/11/21677-limpact-dun-jeu-video-violent-immoral> [↑](#footnote-ref-17)
18. <http://www.lemonde.fr/technologies/article/2007/10/12/les-jeux-video-nouveau-terrain-d-entrainement-des-armees_965015_651865.html> [↑](#footnote-ref-18)
19. <http://www.lexpress.fr/culture/tele/quand-la-tele-realite-vire-au-trash_855423.html> [↑](#footnote-ref-19)
20. <https://blogue.pubinteractive.ca/2013/11/27/consommation-media-au-quebec-maintenant-plus-de-6-heures-par-jour-passe-devant-un-ecran/> [↑](#footnote-ref-20)
21. <http://www.un.org/fr/sections/about-un/overview/index.html> [↑](#footnote-ref-21)
22. <http://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=communication_non_violente_th> [↑](#footnote-ref-22)
23. Marshall B. Rosenberg, *La Communication non violente au Quotidien*, éditions Jouvence. [↑](#footnote-ref-23)
24. <https://fr.wikipedia.org/wiki/Compassion> [↑](#footnote-ref-24)