

BELGIQUE - BELGIE		
P.P.		
BUREAU DE DÉPÔT		
5000 NAMUR 1		
P.P.	7	583

P 401154



Université de Paix asbl

De la prévention à la gestion positive des conflits

Trimestriel n°109

Décembre 2009 - Janvier - Février 2010

S'interroger



© iStockphoto.com/katylUP

Se former



© iStockphoto.com/nastassiaUP

Être acteur



© iStockphoto.com/ismackUP

Sommaire

> ÉDITORIAL

3 La créativité au service de la paix

> ACTUALITÉ

4 Mise au vert pour l'Université de Paix
par Amélie, Anaël, Timothée et Samuel

> PRÉVENTION

7 Chapitre "Ado" : Où Alex tente d'écrire un article
sur l'estime de soi des adolescents
par Alexandre CASTANHEIRA

> HORS FRONTIÈRES

11 Arab University for Non-violence
Première université de la non-violence au Liban

> CAUSERIE

13 Entretien avec Isabelle LEJEUNE
propos recueillis par Christine CUVELIER

> SOUTENEZ NOS ACTIONS

15

> LIBRAIRIE

16 Outils pour les jeunes

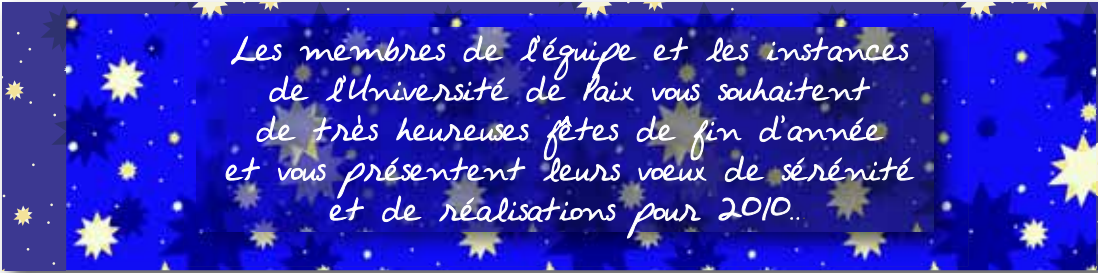
> NOUVELLES

17

> AGENDA

21

Les articles publiés n'engagent que leurs auteurs respectifs



*Les membres de l'équipe et les instances
de l'Université de Paix vous souhaitent
de très heureuses fêtes de fin d'année
et vous présentent leurs vœux de sérénité
et de réalisations pour 2010..*

Nous vous informons que nos bureaux seront exceptionnellement fermés
du vendredi 25 décembre 2009 au vendredi 1^{er} janvier 2010.

Ils seront à nouveau ouverts à partir du lundi 4 janvier 2010 dès 9h00.

La créativité au service de la paix

Dans l'opinion publique, la créativité reste traditionnellement prisonnière du domaine artistique. Et pourtant ! «*L'imagination est plus importante que le savoir*», cette phrase n'a pas été prononcée par un farfêlu déconnecté de la réalité. Elle nous vient d'Albert Einstein, laissant pressentir l'impact de la créativité sur l'utilisation même des savoirs.

Alfred Kastler, lauréat du Prix Nobel de physique et ancien président du Conseil académique de l'Université de Paix, partageait cette opinion.

La créativité, c'est la capacité d'inventer d'autres chemins. De sortir de nos schémas traditionnels, pour relever des défis nouveaux. C'est un processus mental qui implique la génération de nouvelles idées ou concepts, ou de nouvelles associations entre des idées et des concepts préexistants.

La créativité permet de développer cette pensée complexe qui gomme les coupures traditionnelles entre les disciplines académiques afin de comprendre le monde qui nous entoure. Un monde fait d'enchevêtrements et d'entrelacements.

C'est dans cet esprit d'ouverture et de transdisciplinarité que les membres de l'équipe permanente et du Conseil d'administration se sont réunis, début septembre, au Centre Marcel Hicter, pour réfléchir à l'avenir de l'institution et aux priorités des années à venir.

Il ne s'agissait pas d'une approche abstraite, mais d'une réflexion basée sur l'expérience et les besoins de chacun : *Qu'est-ce qui fait que je m'investis à l'Université de Paix aujourd'hui ? Qu'est-ce que je souhaite que l'Université de Paix devienne pour continuer à me plaire ?* Durant toute la démarche, les outils pédagogiques développés par l'institution ont été mis à profit.

Le moment de cette «mise à plat» était bien choisi. En effet, en 2010, l'Université de Paix fête son cinquantième anniversaire qui sera marqué, entre autres, par une manifestation particulièrement originale : la marche Huy - Wépion. Vous en découvrirez les particularités dans le prochain Trimestriel.

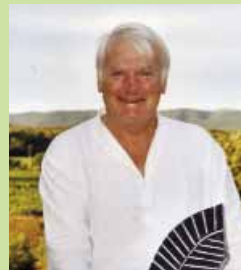
Mais un anniversaire n'est pas seulement l'occasion de prévoir des activités exceptionnelles. C'est, avant tout, une invitation à approfondir et à améliorer le travail de tous les jours. Au point qu'un administrateur a suggéré de faire du cinquantième anniversaire un «non-événement» plutôt que de programmer des activités spécifiques.

Dans le prochain Trimestriel, nous évoquerons aussi l'histoire surprenante de l'Université de Paix : sa création par un prêtre catholique et un professeur d'université libre-penseur ; la croissance spectaculaire de l'équipe permanente, passant de deux à vingt personnes, et sa professionnalisation ; l'internationalisation de l'institution, que ce soit au niveau du lieu des activités ou de l'origine des participants ; sa reconnaissance comme lieu de formation universitaire, dont le système ECTS fait foi.

Bref, pour l'Université de Paix, 2010 sera une année de fête... et de créativité. Nous vous invitons, de tout cœur, à vous y associer.

Éditorial

Manfred Peters
Président du Conseil
d'administration



Ce 12 septembre 2009, personnel et administrateurs de l'Université de Paix se donnaient rendez-vous pour une « mise au vert » au Centre Marcel Hicter (Domaine de La Marlagne), à Wépion. Une journée de travail axée sur deux objectifs : d'une part renforcer les liens entre le Conseil d'administration et l'équipe, et d'autre part jeter les bases d'une réflexion sur l'avenir de l'Université de Paix.

Quatre jeunes administrateurs racontent.

Mise au vert pour l'Université de Paix

Travail... Vous avez dit "travail" ?

Bien qu'il s'agissait d'une journée sérieuse, dite officiellement « de travail », il faut bien avouer que l'esprit était à la convivialité. Dès l'entrée, voilà que nous attendaient déjà petits pains au chocolat et café, pour un démarrage tout en douceur – selon les (bonnes) habitudes de l'équipe. Une première occasion de mettre des visages sur certains noms moins familiers et de renouer contact avec d'autres. Un air de grande réunion de famille en somme. Plusieurs animations nous ont donné l'occasion de faire plus ample connaissance. Nous parlons apéros, nous échangeons quelques souvenirs, nous partons à la chasse de nos points communs, nous partageons nos rêves aussi. Ainsi nous apprenons que Mireille a un faible pour l'Americano et que Pascale rêve de voyager. « *J'aimerais tellement qu'un cours d'habiletés sociales soit rendu obligatoire à l'école* », raconte Bénédicte.



Avant de nous lancer dans le vif du sujet, Alexandre et Philippe nous font voir leur excellent montage vidéo sur la vie quotidienne à l'Université de Paix. On y découvre un lieu de « travail », certes, mais aussi et surtout une maison où l'on aime à manger et à se retrouver ensemble pour créer, se mettre en projet, discuter, et rire, tout simplement. Bref, un lieu où la vie ne manque pas.

Comme chez soi à l'Université de Paix

Pour nous faire entrer dans le vif du sujet de la journée, François B. nous invite à nous retrouver en sous-groupe autour de cette première question : *Qu'est-ce qui fait que je m'investis à l'Université de Paix ? Qu'est-ce qui me plaît aujourd'hui ?*

Le partage à l'issue de ce premier temps permettra d'apprécier – si besoin était encore – combien le personnel se sent bien à l'Université de Paix : un bâtiment rassurant, habité de personnes intéressantes et intéressées, respectueuses, sérieuses et modestes, profondément humaines et qui forment, oui, c'est vrai, on en a bien l'impression, une famille.

Et puis, bien sûr, il y a le travail extrêmement motivant, pertinent, diversifié, évolutif... L'accent est également mis sur la précieuse liberté dont disposent les

employés de l'institution, qui peuvent par exemple choisir quels projets ils ont envie de développer, avec quelles personnes et selon quelles modalités. Le leadership de Mireille, secrétaire générale de l'Université de Paix, est aussi fort apprécié.

Enfin, ce qui plaît à l'Université de Paix, ce sont également les valeurs qu'elle défend et autour desquelles nous nous retrouvons tous. Nathalie par exemple, insiste sur l'importance de cette cohérence entre les valeurs prônées, les outils utilisés et la manière d'être à l'Université de Paix, qui permet d'être «entièrement soi-même». Dans le même sens, Julie souligne que l'Université de Paix applique à elle-même ce qu'elle propose aux autres, et elle en arrive à ce même constat : *«Je me sens chez moi (...) je me sens moi-même au travail.»* Est-ce à dire que tout est toujours beau et gentil ? Evidemment non ! Des conflits, il y en a aussi à l'Université de Paix. Mais de l'avis général, ils sont gérés positivement et n'ont pas de conséquences importantes sur les relations entre collègues. En voilà, une belle preuve de cohérence !

Plus particulièrement, Marie-Anne, présente depuis 28 ans dans la maison, apprécie le fait de se sentir utile, importante et investie. Claire aime la confiance accordée dans la gestion de son travail, qui se reflète notamment dans l'autonomie qu'elle peut avoir (par opposition au contrôle). Manfred, arrivé à l'Université de Paix en 1970, se sent en accord avec le pluralisme de l'institution, et ce à tous les niveaux (intégrer les idéologies, les cultures, les frontières). Quant à Bénédicte, qui travaille comme relais au Luxembourg, elle partage avec l'Université de Paix un besoin d'amélioration continue.

Des racines et des ailes

L'après-midi sera toute consacrée aux perspectives d'avenir, et c'est très justement par un retour aux sources – une interview

filmée de Dominique Pire – que nous nous y lançons. Nous découvrons en ce Prix Nobel un homme d'une rare humilité, sensible, reconnaissant souffrir beaucoup quand il n'est pas compris dans ce qui lui est le plus cher, mais aussi un authentique homme d'action, ennemi de toutes les étroitesse d'esprit, et qui n'a pas sa langue en poche ! À ceux qui lui disaient de se mêler de ses affaires, il répondait franchement : *«ce qui me regarde, c'est l'humanité !»*. Réaliste et idéaliste à la fois, il nous invite à voir les choses comme elles sont, et toujours avec une «lueur d'espérance»... Pour ensuite agir évidemment, et de façon citoyenne. Il importe pour lui d'être *la voix des hommes sans voix*, et de lutter pour le respect de la conscience des autres. Il invite ainsi à une action politique, dans le sens noble du terme, c'est-à-dire dans le sens d'une action qui veille au bien de tous.

Forts de ce témoignage et de ce qui s'est dit lors des échanges du matin, nous repartons en sous-groupe autour de la question suivante : *Qu'est-ce que je souhaite que l'Université de Paix devienne pour continuer à me plaire ?*

De très nombreuses possibilités sont envisagées pour les prochaines années de l'institution : davantage d'activités internationales et nationales ; ne pas se limiter à des formations et à l'aspect préventif, mais s'ouvrir davantage à l'action et l'intervention (la réconciliation) ; ne pas se limiter non plus à la dimension interpersonnelle (notre domaine actuel d'expertise) mais développer, avec une



plus grande sensibilité aux enjeux sociétaux, des moyens d'action à un niveau plus groupal/institutionnel (on vise ici les conflits intercommunautaires, par exemple, ou encore la violence institutionnelle dans les écoles, dans le prolongement de la réflexion menée par le Conseil académique) ; augmenter encore la reconnaissance de l'association et par-là diversifier nos sources de financement (à chercher au niveau européen notamment) ; étendre le champ de compétences visées par les Certificats (qui deviendraient de véritables parcours universitaires par exemple) de manière notamment à former de futurs relais Université de Paix en Belgique et ailleurs ; étendre le champ d'action du programme «Graines de Médiateurs» ; développer plus encore nos outils ; mettre en place un programme de recherche-action afin d'évaluer rigoureusement la pertinence de ceux-ci ; etc.

Par ailleurs, ce foisonnement d'idées s'accompagne aussi d'une crainte légitime de

se perdre et d'en faire trop. Le rythme de travail actuel est déjà très élevé pour l'équipe. Les demandes de prestation vont grandissant, et même si chacun a le choix d'accepter ou refuser une activité, il est parfois difficile de décliner l'offre, car on a envie de satisfaire les demandes et on veut aussi soulager ses collègues. Les agendas des formateurs sont déjà bien complets pour l'année académique qui démarre !

Quoiqu'il en sera, il est primordial de garder des bases communes, des techniques partagées, un langage commun (même si l'on se diversifie), et que chacun continue de grandir.

Cette «journée de travail» se termine avec le sentiment d'avoir atteint les deux objectifs fixés, dans la conscience que cette rencontre n'est pas une fin en soi, mais au contraire qu'elle est le point de départ d'un avenir à construire ensemble. Merci à chacun d'y avoir participé.

Amélie, Anaël, Timothée et Samuel
Membres du Conseil d'administration de l'Université de Paix

Il y avait une grande richesse dans les temps de travail. C'était une journée fédératrice, où l'on s'est remis d'accord. Ça m'a permis également d'humaniser le Conseil d'administration, je l'imaginais vieux... J'en ai maintenant une image positive. Par ailleurs, j'ai un sentiment de fierté de travailler au sein de l'Université de Paix. J'ai juste un regret, c'est de ne pas avoir aujourd'hui, établi des liens avec tous. Finalement, cette journée a permis à la fois à l'équipe de connaître le Conseil d'administration et au Conseil d'administration de voir l'équipe, de voir que l'équipe avait besoin d'évoluer, tout en ayant peur.

Frédéric, formateur

(...) Je suis très heureuse. C'était très enrichissant. La journée est passée très vite. J'ai bien aimé les discussions en groupe formé librement. Même si je ne suis pas formatrice, je me suis sentie à ma place. Je me suis sentie comprise par le Conseil d'administration. J'avais des "a priori" sur les administrateurs en général et les jeunes en particulier. En fait, ce sont des gens sympathiques qui ne se prennent pas au sérieux ; ils écoutent et font preuve de beaucoup de respect.

Chantal, aide secrétaire

(...) C'est très bien de pouvoir enfin mettre des têtes sur les noms que l'on voit souvent. J'ai été heureuse de connaître les membres du Conseil d'administration, et de voir que l'on a encore beaucoup de projets. C'est motivant.

Marie-Anne, secrétaire

Les adolescents sont en quête de leur identité et, sur ce chemin, ils ont besoin d'une bonne estime de soi. Qu'est-ce que l'estime de soi ? De quoi c'est fait ? Peut-on la développer ? Celle de nos ados ? Comment se construit l'estime de soi ? En quoi est-elle importante pour notre qualité de vie ? dans notre relation avec les ados ?

Chapitre «Ado» : Où Alex tente d'écrire un article sur l'estime de soi des adolescents

Ça y est, j'y suis en plein... Je veux dire dans la thématique de l'estime de soi (en général). Celle de nos ados, nous allons y venir dans quelques lignes.

Ecrire un article - et ce pourrait être n'importe quel texte, rédaction, dissertation, résumé, future élocution ou allocution publique - suscite chez moi une double angoisse : celle de la page blanche et du regard de l'autre.

Quel lien avec l'estime de soi me direz-vous ? Qui plus est avec celle des ados ? Justement, il n'y a pas un lien, mais des liens ! Explications.

Cet article, cela fait un certain temps (ou un temps certain) que je me suis engagé à l'écrire. De fait, je vous l'avoue (mais ne le dites pas à Christine, notre chargée de relations publiques), je *procrastine*. Que signifie ce drôle de mot ? «La procrastination, c'est le fait de toujours repousser au lendemain des choses importantes, de toujours trouver mieux à faire que les dossiers urgents ou les activités pour lesquelles on s'était engagé» (merci le site web de *Doctissimo*).

Premier lien

La procrastination⁽¹⁾ et l'estime de soi, c'est lié. Avec l'adolescence aussi d'ailleurs. «Suis-je capable d'écrire cet article ? Tellement de gens savants en ont

rédigé d'autres avant moi, ne pourrais-je me limiter à renseigner quelques articles ou livres sur la question ? Que vont penser les lecteurs de cette feuille de chou ? À quelle sauce vais-je être évalué ? Et si le retour est négatif, qu'en sera-t-il de mon image ?» Comme la nomme Marijke Bisschop dans son ouvrage «*Ado ! As-tu confiance en toi ?*»⁽²⁾, je suis en train de faire parler *Néga*. La voix d'un dialogue intérieur négatif, la voix de mes peurs, une voix qui risque d'être limitante et de repousser au plus loin le passage à l'action. Ce phénomène se produit chez les adultes comme chez les ados. Peut-être avec plus d'intensité chez les ados. Cela peut mener à procrastiner donc à ne pas agir, à ne pas oser se confronter à de nouvelles expériences, à de nouveaux savoirs. Et, au plus souvent cela se produira au plus l'estime de soi pourra en souffrir. Je peux m'en vouloir, me dévaloriser, me juger incapable et j'en passe. Le remède : passer à l'action, avancer petits pas par petits pas pour augmenter sa confiance en soi, se féliciter (ou être félicité par des proches) et ... laisser parler une autre petite voix intérieure : *Posi*. Celle-ci encourage, soutient les efforts, la confiance en soi, la conviction que «Je peux le faire». Par exemple, ce que je pourrais me dire pour cesser de reporter la rédaction de cet article serait : «J'ai tout de même étudié quelque peu la question, j'ai des outils et des expériences dans ce domaine que je pourrais partager avec les lecteurs, ce

n'est pas la première fois que je suis amené à rédiger un article ou un texte de ce genre, etc.». C'est une petite voix qui nous poussera toujours vers là où nous voulons aller. C'est une petite voix qui peut aider à faire grandir la confiance en soi. Imaginez-vous à 12, 14 ou 16 ans. Le cadre : l'école. Pour dans 1 mois, 2 mois ou 15 jours, vous êtes tenus de : (au choix) rédiger un début de roman de science-fiction de 5 pages, prononcer un discours devant toute la classe pendant au moins 3 minutes, mener un débat sur le nucléaire, interpréter une scène de Roméo et Juliette, etc. Qu'en disent Néga et Posi ?

Deuxième lien

Cette activité de rédaction met en jeu plusieurs composantes de l'estime de soi. La confiance en soi : puis-je forger dans mon esprit une prédiction réaliste et ponctuelle quant au fait que je possède les ressources nécessaires pour réaliser cette tâche ? Si oui, alors j'ai confiance en moi. Je vivrais dès lors suffisamment de sécurité intérieure pour me lancer dans cette aventure rédactionnelle. Si je parviens au bout de cette tâche, je vivrais peut-être un sentiment de réussite : «Ça y est, je l'ai fait !». Et si le retour des lecteurs valide mes choix rédactionnels, je me sentirais compétent pour ce type de tâche. Et je vivrais en toute conscience, la satisfaction de me connaître, sinon de m'être découvert un peu plus qu'hier. Tout est lié. Ainsi l'estime de soi se développe autour de 4 composantes :

- la confiance en soi (sentiment de sécurité),
- la connaissance de soi (ou image de soi),
- le sentiment d'appartenance,
- le sentiment de compétence.

C'est en développant ces 4 éléments qu'un jour peut-être l'on peut parvenir au **SACRE** de l'estime de soi :

- **S**écurité
- **A**ppartenance
- **C**onnaissance de soi
- **R**éussite

C'est dit, ce n'est pas pour autant que c'est simple. Particulièrement, à l'adolescence. Développer de la confiance en soi lorsque l'on vit une période de changements importants, c'est loin d'être gagné d'avance. L'adolescence est un âge bousculé par les transformations du corps (croissance, bouleversements hormonaux et sexuels), devenir pubère, capable de donner la vie, ce n'est pas rien ! D'autre part, l'adolescence, c'est aussi la capacité de réfléchir sur des concepts abstraits et dès lors, de voir la vie et les autres différemment. C'est encore des changements dans l'environnement : le passage à l'école secondaire. C'est enfin une période où, en prenant ses distances avec ses parents, l'adolescent tente de définir son identité propre : Qui suis-je ? D'où je viens ? Où je vais ? Quelle est ma place ? Quelle est ma valeur ? Rien de simple dans ces questions, et bien des préoccupations pour un âge passionné et passionnant.

Comment s'y prendre alors ? Et pour quelle utilité ? Développer l'estime de soi, c'est développer la conscience de la valeur personnelle que je me reconnais dans différents domaines de la vie (physique, intellectuel, social, professionnel, relations affectives et amoureuses, etc.)⁽³⁾. Il s'agit bien de «conscience» et de «reconnaissance». Or pour re-connaître, il faut avoir connu, ce qui suppose d'agir, de se frotter à une diversité d'expériences. Et si un ado est conscient de sa valeur personnelle, il pourra plus facilement s'exprimer et s'affirmer, faire des choix personnels, prendre sa place dans un groupe, et se faire respecter en s'opposant aux agressions verbales ou physiques à son égard, tout en ayant du respect pour les autres.



L'estime de soi des adolescents

de Germain Duclos,
Danielle Laporte & Jacques Ross

Éd. Hôpital Ste-Justine - 119 pages
Prix : 10,60 (port non compris)

Cela donne envie, n'est-ce pas ? Mais comment s'y prendre en tant qu'adulte en relation avec un jeune ou un groupe de jeunes ?

C'est précisément ce qui me semble difficile à décrire en quelques pages. Néanmoins, en lisant jusqu'ici, vous avez déjà glané quelques informations. Mais comment aller plus loin ?

Je peux évoquer avec vous quelques **attitudes fondamentales** et vous inviter à trouver d'autres **moyens** qui vous conviennent : lire et se documenter (cf. bibliographie p.10), suivre des formations, expérimenter de nouvelles attitudes ou manière de communiquer, en parler avec les jeunes que vous côtoyez,...

First of all : en parallèle à toute autre démarche, ayez vous-même une estime de soi juste et vraie ou développez-la ! C'est plus facile de favoriser la confiance en soi d'un ado si moi-même, je vis la confiance en moi en tant qu'adulte ou que je suis en mesure de gérer mon stress.

Ensuite, une citation à transmettre aux jeunes : *«Là où sont mes pieds, je suis à ma place»*⁽⁴⁾. Amener à prendre conscience que par le seul fait d'exister, j'ai une place en ce monde et je m'affirme. Je peux apporter au monde quelque chose d'unique en étant à la fois semblable et différent de tous les autres. Alors, allez-y, partez à la découverte de vous et des jeunes que vous côtoyez de mille et une façons : en jouant, en créant, en dessinant, en chantant, en expérimentant, ... De temps en temps, mettez des lunettes *Posi* qui valorisent, qui donnent de la reconnaissance sur les qualités, les compétences, les efforts de vos jeunes, qui félicitent, qui encouragent (« Bravo pour ton énergie durant l'entraînement d'aujourd'hui, si tu continues à t'entraîner comme cela, tu feras une belle prestation le jour J ! »).

En effet, la connaissance de soi grandit d'autant plus que le jeune se sent aimé et apprécié, écouté et compris par les adultes. Entre autre, l'écoute et la reformulation sans jugement sont importantes parce que les ados ont tendance à parler pour élaborer leur pensée. C'est en disant qu'ils prennent conscience de ce qu'ils pensent et qu'ils construisent leur représentation du monde, des autres, de la vie. Le fait de reformuler ou d'écouter activement les propos d'un jeune va l'aider à prendre conscience de qui il est et de ce qu'il pense et à poursuivre son cheminement dans la construction de son identité.

Et l'appartenance alors ? Le besoin de se sentir rattaché est essentiel à l'adolescence : trouver sa place dans sa famille, à l'école, dans un groupe d'ami(e)s. En tant qu'adulte, parent ou enseignant, nous sommes généralement soucieux que cela se passe bien pour nos jeunes dans les groupes qu'ils côtoient ou qu'ils forment (club de sport, mouvement de jeunesse, maison de jeunes, bande, ...). Comment s'assurer de cela ? Parmi d'autres moyens, nous, adultes, nous pouvons favoriser certaines manières de vivre en groupe à l'école ou dans la famille :

- favoriser l'empathie et la coopération en encourageant le partage et l'aide mutuelle, en leur apprenant à résoudre leurs conflits gagnant-gagnant, en les aidant à devenir plus sensible à l'autre (lorsqu'un jeune peut identifier ses émotions et ses besoins, il peut aussi comprendre que les comportements des autres sont liés à des émotions et des besoins)
- relier les jeunes entre eux et avec le groupe en réalisant des activités collectives (projets, jeux coopératifs, activités communes, photos de groupe, décoration d'un local, ...), en prévoyant un lieu et un temps pour parler avec les jeunes du fonctionnement de la vie du groupe (classe, famille, ...), en donnant une place à chacun (via une roue des responsabilités, un rôle tournant, des félicitations, etc.).

Permettre aux jeunes de vivre une vie de groupe, de famille, de classe où s'expérimentent ces éléments, c'est favoriser une manière de vivre et de faire ensemble qui donne et respecte la place de chacun. C'est aussi offrir des modèles de vie de groupe qui influenceront les jeunes dans leur vivre ensemble.

L'air de rien (enfin, j'essaie), j'ai évoqué avec vous des attitudes qui favorisent le développement de l'estime de soi dans 4 directions : confiance en soi, connaissance de soi, sentiment de compétence et sentiment d'appartenance. Ce sont bien des évocations. Pour aller plus loin, je vous invite à consulter les références bibliographiques de cet article. Et, pour terminer, j'ai envie de vous proposer un petit exercice.

Vous souhaitez développer l'estime de soi des jeunes que vous côtoyez et plus concrètement, mettre en place 10 actions concrètes pour favoriser l'estime de soi des ados ? Fort bien. Je vous propose alors d'expérimenter la technique des «petitspas». Prenez une grande feuille A3, notez l'objectif à atteindre en haut de la page et tracez, dessinez le chemin à parcourir.

Alexandre Castanheira,
Formateur à l'Université de Paix

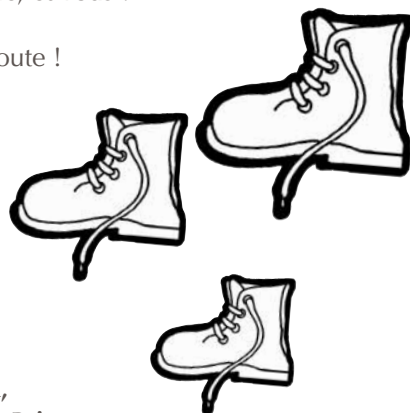
Ensuite, identifiez une action concrète, précise, atteignable par vous-même, réaliste, en lien avec l'objectif, que vous noterez sur un «petit pas» (voir modèle ci-contre). Réalisez cette action. C'est fait ? Bravo, vous avez le droit de coller le «petit pas» sur votre chemin. Et ainsi de suite jusqu'à ce que votre objectif soit atteint.

La méthode des «petits pas» vous plaît ? Magnifique, sachez qu'elle est applicable avec des ados dans des tas de contexte (école, famille, groupes d'activités, etc.).

Le mot de la fin : «*Un voyage de mille lieues commence toujours par un premier pas*», Lao-Tseu.

Ça me rappelle furieusement le début de cet article, et vous ?

Bonne route !



(1) Guide «Surmonter la procrastination scolaire», Université de Laval, Québec, 1999.

Disponible à l'adresse suivante :

http://www.aide.ulaval.ca/webdav/site/cocp/shared/reussite/Guide_Procrastination.pdf

(2) «Ado ! As-tu confiance en toi ?», M. Bisschop, Le Cri édition, 2006

(3) «L'estime de soi des adolescents», Inspiré de G. Dulos, D. Laporte, J. Ross, Hôpital Sainte-Justine, Québec, 2007

(4) Proverbe amérindien

Pour aller plus loin, quelques ouvrages :

- «L'estime de soi des adolescents», G. Duclos, D. Laporte, J. Ross, Hôpital Sainte-Justine, Québec, 2007 - Disponible à l'Université de Paix
- «Ado ! As-tu confiance en toi ?», M. Bisschop, Le Cri édition, 2006
- «Graines de médiateurs», Université de Paix, 2000 - Disponible à l'Université de Paix
- «Savoir communiquer avec les adolescents», E. Tartar-Godet, Retz, 2006 - Disponible à l'Université de Paix
- «Je n'arrive plus à communiquer avec lui», E. Petit, Studyrama, 2008 - Disponible à l'Université de Paix

L'Association libanaise pour les droits civils a lancé l'Université arabe de formation à la non-violence (Arab University for Non Violence, AUNV). Les premiers modules de formation ont été donnés du 15 août au 15 septembre 2009.

Pour la première fois, plus de 70 participants de six pays arabes (Liban, Syrie, Jordanie, Irak, Palestine, Egypte) ont participé à cette première année de l'université pour la non-violence. Ils ont allié recherche, théorie et pratique afin d'explorer les théories non-violentes et de les mettre en œuvre.

Un article de Charlotte d'Ornellas paru dans *L'Orient-Le Jour*, du 22 septembre 2009.

جامعة اللاعنف العربية

Arab University for Non-violence - Première université de la non-violence au Liban

«*Là où est la violence, il faut mettre la non-violence*», explique Ogarit Younan⁽¹⁾ pour présenter l'ouverture de la première université de la non-violence dans la région. Depuis 25 ans, les docteurs Walid Slaybi⁽²⁾ et Ogarit Younan œuvrent pour la victoire de la non-violence avec des gens du monde entier. Cette année un projet qui leur tient particulièrement à cœur voit le jour : une université proposant 4 cursus, et bientôt 8, ayant trait à la non-violence, notamment une formation aux droits humains, à la non-discrimination et au non confessionnalisme. Quand on demande au Dr Younan pourquoi cette université a été créée, elle affirme que c'est désormais une nécessité : «*Notre travail pendant presque 25 ans a abouti à des actions non violentes et des campagnes civiles rassemblant des dizaines d'organisations de toutes les régions libanaises, de nombreux manuels de pédagogie et d'éducation à la non-violence traduits en arabes, de nouveaux concepts sur le sujet, un travail théorique profond. Il y a des gens prêts à œuvrer pour la non-violence, nous devons institutionnaliser notre travail. C'est ce que nous faisons avec cette université.*» Un nouveau défi pour ces adeptes de la non-violence, dont ils sont fiers et que le Dr Younan qualifie «d'unique en son genre,

fondateur et initiateur.»

Cette université, pionnière dans la région, est donc basée sur un potentiel intellectuel de recherche et d'analyse étroitement lié aux actions de terrain. L'université bénéficie d'une reconnaissance internationale de ses attestations et accueille pour cette première année 70 étudiants. Ils sont choisis parmi des gens influents dans la société afin que ce qu'ils apprennent puisse être transmis au plus grand nombre. Une bourse est distribuée à tous les étudiants sans exception et couvre de 60 à 100 % du prix de ce master. Ogarit Younan explique la distribution de cette bourse comme une décision politique en faveur de la non-violence : «*Nous ne sommes pas riches, mais si on permet à 100 personnes de suivre cette formation chaque année, cela donnera un formidable coup de pouce à la région dans tous les domaines concernés. À plus forte raison parce que nos étudiants sont professeurs, journalistes, juristes, religieux, directeur de programmes associatifs... en un mot, influents dans la société.*»

Et afin de favoriser cette transmission des valeurs reçues, l'université met à la disposition de ces étudiants, et de toute école ou université qui voudrait inclure la non-violence dans ses programmes, tout le

matériel pédagogique nécessaire, traduit en arabe. Car l'éducation est prioritaire dans leur combat.

Le Dr Slaybi explique : *«La question de l'éducation est primordiale car elle est, dans nos pays, dominée par le confessionnalisme et la violence. Nous offrons quelque chose d'autre, de plus humain.»* En effet, il propose cette année un cours de psychanalyse sur les origines de la violence et ses conclusions sont claires : *«La violence est le résultat de l'impuissance de l'être humain à se réaliser, d'être un homme créatif, heureux et puissant.»* La non-violence représente donc selon ses mots *«une rupture avec cette orientation destructrice de l'homme pour un retour à la vie»*. Le premier moyen sur lequel misent ces chercheurs est la découverte de son identité. *«La violence est décuplée par la psychologie de masse. Il faut que les gens redécouvrent qui ils sont et ce qu'ils veulent faire, sans suivre aveuglément des leaders. Car tout homme aspire à la vie, et non à la mort.»* Ils veulent faire sentir aux gens qu'ils peuvent défendre leurs causes différemment sans abandonner leurs convictions. L'action prend une grande place dans la formation universitaire, car il ne s'agit pas d'abandonner ses idées. Les professeurs, comme les étudiants, affirment unanimement que les propositions d'actions sont nombreuses et indispensables, et que la non-violence n'est absolument pas une attitude de résignation. Les professeurs sont d'ailleurs choisis pour leurs convictions, bien entendu, pour leur haut niveau théorique, bien sûr, mais aussi pour leur engagement dans l'action non violente.

Les étudiants suivent donc trois mois de cours théoriques, puis rédigent une thèse avant de se lancer pleinement dans l'action non violente. *«Il y a beaucoup de gens prêts à la non-violence, nous devons faire un gros effort pour faire entendre cette voix»*, explique le Dr Slaybi. Cette université est encore un moyen qu'ils mettent en place pour faire triompher l'idée qui les fait vivre.

Deux formateurs de l'Université de Paix, Sonja Léonard et François Bazier, y ont proposé, du 24 au 31 août 2009, un module de formation centré sur la gestion non-violente des conflits, notamment en milieu scolaire, avec un chapitre majeur sur la médiation. L'objectif était de transmettre aux participants ayant choisi cette option des outils pratiques et concrets pour intervenir dans les conflits interpersonnels afin qu'ils puissent se les réapproprier et les utiliser à leur tour. La démarche a été de présenter les principaux supports employés à l'Université de Paix en proposant à chacun de «jouer le jeu» en les expérimentant et en les vivant. Les exercices introduits le plus souvent en français étaient traduits, avec les participants, en arabe pour les non-francophones (les participants libanais, les plus nombreux, maîtrisaient souvent très bien la langue française) pour être ensuite commentés, discutés, et évalués.

Le groupe en apprentissage était constitué d'une petite trentaine d'étudiants adultes de diverses positions, formations, religions, origines sociales et géographiques. Chacun, cependant, dans sa réalité particulière, manifestait un engagement éducatif, social ou politique réel et la dynamique du groupe en apprentissage s'est avérée très forte et porteuse d'espoir.

La formation avait lieu en résidentiel, sur les hauteurs de la très belle baie de Jounieh. Les formateurs de l'Université de Paix sont revenus fatigués par ces longues et denses journées de travail en résidentiel, mais également convaincus d'une part de la pertinence des outils élaborés chez nous à Namur et d'autre part que cette première université arabe pour la non-violence constitue, par la qualité des travaux et le niveau des participants, un événement qui aura des conséquences réelles sur le développement de la non-violence dans cette région du monde.

L'Université de Paix propose depuis 3 ans une formation de longue durée, le Certificat en prévention et en gestion positive des conflits dans les groupes d'enfants et d'adolescents.

Témoignage d'une ancienne participante.

Entretien avec Isabelle Lejeune

Bonjour, Isabelle. Si nous te demandons de te présenter en quelques mots, que dirais-tu ? _____

Je suis épouse, maman et enseignante d'ados, passionnée par tout ce que j'entreprends, à l'écoute des autres et de moi-même pour donner sens aux relations.

Quelles ont été tes motivations à _____ t'engager dans ce cursus de formation ?

Comme enseignante, je suis depuis toujours soucieuse de mettre en valeur les qualités que chacun porte en lui et d'encourager les jeunes à rebondir à partir de leurs ressources, parfois insoupçonnées. Lors de mon inscription à la formation, j'écrivais : «*Je suis très sensible au maintien de la paix, du respect de l'autre et d'un climat serein pour toute cohabitation, tout échange et transmission de savoir.*» Mon intérêt pour la Communication NonViolente m'avait

déjà permis de me situer dans une nouvelle dynamique et je voyais dans le Certificat un complément intéressant.

Comment s'est déroulé ce cursus de formation ? _____

Ce fut une très belle année riche en découvertes. Avant d'apprendre à s'occuper des conflits extérieurs à nous, nous avons d'abord pris conscience de notre propre personnalité et de ses multiples facettes : déjà un fameux programme ! En chemin à ma propre découverte, j'ai pu mettre en avant mes facultés de créativité, de communication, d'expression... et accueillir celles des autres participantes pour grandir ensemble.

Les modules proposés, de l'appartenance au groupe à la gestion des conflits en passant notamment par l'écoute, l'affirmation de soi et la créativité, nous rendaient acteurs de notre propre apprentissage et c'était vraiment motivant et intéressant !

As-tu pu appliquer et appliques-tu les outils proposés dans ton travail ? _____

Depuis un an, il ne se passe pas un jour sans que je n'envoie un clin d'œil à l'Université de Paix !

En effet, au quotidien je suis amenée à pratiquer l'écoute active, à gérer des



interactions entre les élèves en observant les faits d'abord, à aider les jeunes à évacuer les étiquettes qu'on leur colle ou qu'ils se collent et à les redynamiser en mettant en avant leurs qualités, à créer avec les élèves les règles de fonctionnement en classe et à décider ensemble des sanctions à attribuer,...

Par exemple, l'an passé en 5ème secondaire, les élèves du cours de français ont décidé que s'ils ne rendaient pas les travaux à la date fixée préalablement ensemble, ils seraient pénalisés d'1 point/20

Ton meilleur souvenir... _____

Il n'y en a pas qu'un ! Mais je pense au jour où on avait décidé de toutes se mettre ensemble pour préparer le repas : on devait partager nos savoir-faire... ou bien le jour où on a fait la formation dans le jardin d'une participante, on faisait partie d'un groupe où chacune avait sa place... Comme pour les élèves, les souvenirs sont toujours créés à partir des moments « hors du commun » !

Les modules proposés, de l'appartenance au groupe à la gestion des conflits en passant par l'écoute, l'affirmation de soi et la créativité, nous rendaient acteurs de notre propre apprentissage

par jour de cours de retard. Pourtant ils ont aussi estimé qu'ils avaient droit à un oubli sur l'année ; la première fois, ils ne seraient donc pas sanctionnés. Je n'ai jamais eu autant de travaux rendus à temps que cette année-là : seul 1 élève perdit 1 point sur l'année entière ! Ils s'étaient sentis responsables de leur décision...

Quelle expérience en as-tu retirée ? _____

Une expérience personnelle enrichissante sur le plan personnel et relationnel. Ce fut l'occasion aussi, après 4 ans de pause-carrière, de redonner de bonnes bases à mon retour devant les classes, pleine de nouveaux projets et d'outils concrets d'observation et d'actions. D'ailleurs, le jour de la rentrée, j'ai fait asseoir mes élèves de 16 ans en cercle et on a joué pour apprendre à mieux se connaître, comme au Certificat...et ça marche !

Quels conseils pour les candidats au Certificat ? _____

Une volonté de se remettre d'abord en question soi-même et

être ouvert à toutes les activités les plus imaginatives et les plus farfelues proposées par des formateurs motivés et compétents : le cerveau droit fonctionne souvent bien plus que le gauche !

En quelques mots et en guise de conclusion, le mot de la fin pour toi, ce serait... _____

Si la gestion des conflits m'intéressait, je suis aujourd'hui encore bien plus attirée par sa prévention; la terre porte bien plus de fruits si elle a été préparée avec attention : écoute, valorisation, partage... en sont les engrais.

Merci beaucoup Isabelle pour cette causerie...

**Propos recueillis par Christine Cuvelier,
Chargée de relations publiques**

Soutenez nos actions

*Quel que soit votre rêve, vivez-le,
car l'audace est empreinte de génie, de puissance et de magie.*
Johann Wolfgang VON GOETHE

Depuis près de 50 ans, jour après jour, l'Université de Paix s'engage quotidiennement dans un travail auprès des jeunes afin de leur permettre de développer leurs capacités d'écoute, d'être en relation, en communication,... capables de réagir aux conflits de manière appropriée.

Faites un don !

Une fois l'an, l'Université de Paix lance une campagne de récolte de fonds pour financer des bourses de formation visant à développer la citoyenneté, la prévention des conflits,... auprès de nos enfants et de nos adolescents.



Grâce à vous, nous agissons
pour construire un monde de paix!

Un exemple...

Le programme de formation «*Graines de médiateurs... Développement des habiletés sociales*» est mis en place dans 24 classes réparties dans 12 écoles fondamentales, tous réseaux confondus. Il touche cette année plus de 500 enfants.

Les objectifs de cette formation de 2 ans consistent en la prise en charge par les jeunes eux-mêmes de leurs différends et en l'acquisition de ce programme par les enseignants.

Soutenir financièrement ce projet, rien de plus simple !

Il vous suffit d'effectuer un virement bancaire sur le compte

BE97 5230 8017 7649 avec la mention «don» et ce, à tout moment.

À partir de 30 € (versé en une ou plusieurs fois), tout don donne droit à une attestation fiscale.

D'avance, merci de votre élan de solidarité.

Épargnez solidaire !

L'épargne solidaire permet de concilier engagement et solidarité. En plaçant votre argent de manière éthique, vous vous engagez pour un monde plus juste et humain en donnant des moyens à l'Université de Paix, en soutenant ses projets à plus-value pédagogique, sociale et durable.

Par exemple... - compte épargne Cigale Fortis

- compte d'épargne Triodos

- chèque-épargne FINANcité, d'une valeur de 10 à 25 €

- fonds de placement : Triodos Value Equity Fund

AlterVision Balance Europe

Assurance-vie Boost Ethico

Ethias Global 21 Ethiol

Les relations conflictuelles entre enfants, entre frères et sœurs,... laissent souvent les éducateurs, les instituteurs, les animateurs, les parents,... démunis.
Que faire pour aider les enfants à construire une relation plus sereine ?

Outils pour les jeunes

- **Gigi la Girafe et l'orchestre en colère**

de Alberto Benevelli



Gigi la Girafe se promène. Girafe par-ci, Girafe par-là.
Aujourd'hui elle rencontre un gorille très en colère. Pourquoi est-il furieux ?
Et après qui ? Pourquoi déchire-t-il ses habits ? Pourquoi s'arrache-t-il les cheveux ?
Que de questions ! Un mystère à élucider en lisant et en observant.

Éd. Esserci - 48 pages, illustrations en couleurs, couverture cartonnée
Prix : 13,50 € (port non compris)

- **Graines de médiateurs... Médiateurs en herbe**

de l'Université de Paix

Destiné aux animateurs, éducateurs, formateurs, enseignants,... pour qui la question se pose de savoir «*Comment faire pour mettre en place une autre manière de gérer les conflits ?*», ce livre se veut avant tout pratique. Il propose des outils théoriques et des activités pour amener les jeunes à travailler la gestion positive du conflit en différentes étapes et pour conseiller au mieux les adultes qui les guideront.



Éd. Memor- 205 pages - Prix : 19,50 € (port non compris)

- **Marionnettes**

Marionnettes de main, particulièrement réaliste et expressive, pour créer des aventures... pour apprendre à s'exprimer, à entrer en relation, à manifester ses émotions,...



Loup

Girafe

Hauteur : 38 cm approximativement - Prix : 20 € (port non compris)

- **Le parachute**

Pour de nouveaux jeux coopératifs amusants et plein d'entrain.

En toile de nylon très légère et très résistante, avec des poignées et des fuseaux de couleurs vives, le parachute d'animation est disponible en diamètre de 6 mètres.

Prix : 150 € (port non compris)



Nouvelles

Carnet rose !



Bonjour ! Je m'appelle Gaspard.

Je suis né le 22 octobre 2009. Et, je rends la vie belle à Martin, mon grand frère et à mes parents : Jean-François et Julie (formatrice à l'Université de Paix).

Toutes nos félicitations !

www.universitedepaix.be

Soyez les premiers à laisser un commentaire sur le **Blog**

La Paix : vivre ensemble tout en étant différents, dans le respect mutuel

Dans le cadre d'un projet d'observation en milieu de travail du programme «Jeunesse en action» de la Communauté européenne, l'Université de Paix a accueilli :

- du 8 au 23 octobre 2009, Hamid, animateur algérien de l'association LPSJE (Ligue de prévention et de sauvegarde de la jeunesse et de l'enfance).

Cette association algérienne est implantée sur le territoire de la Wilaya de Tizi-Ouzou dont l'activité générale est la prévention des fléaux sociaux (sida, toxicomanie, violence,...) et la prise en charge des enfants et des jeunes en difficulté.

- du 22 novembre au 9 décembre 2009, Raihana, animatrice algérienne, de l'association AFAK. Cette association algérienne, implantée sur la commune de Si Mustafa, propose aux jeunes de 6 à 14 ans des activités créatives (activité musicale, théâtre,...).

Avec le soutien du programme «Jeunesse en Action»



Bourses de formation

L'Université de Paix offre, durant l'exercice 2009-2010, la réalisation de trois formations de 3 jours (hormis les frais de déplacement) pour un groupe de 12 à 16 personnes, situé en Communauté française de Belgique.

Sélection sur base d'un dossier à transmettre pour le 31 décembre 2009.

Renseignement : Université de Paix asbl - 081 55 41 40 ou info@universitedepaix.be

Événements à venir en 2010...

À l'occasion de son 50^e anniversaire, du 10 au 12 septembre 2010, l'Université de Paix organisera une Marche «**50 ans : Pas à pas vers la paix**».

La Marche partira de Huy, lieu des premières formations organisées par l'Université de Paix. Durant ces trois jours, elle couvrira une distance de 50 km.

Elle se terminera à Namur (Wépion), site des formations résidentielles actuelles de l'Université de Paix.

Cette Marche se veut une marche vivante... vous pourrez ainsi participer à des animations, des jeux et différentes activités de découvertes de l'Université de Paix, son fondateur, ses valeurs, ses outils,... Une Marche qui est en train de se construire.

Alors, avec nous, mettez-vous en marche !!

Université de Paix : +32 (0)81 55 41 40



Du 24 octobre au 7 novembre 2009, nous avons fêté à Namur les 20 ans de **la chute du mur de Berlin**. À l'initiative de l'asbl namuroise Isolat, un événement d'envergure a été mis en place. Un mur divisant symboliquement la place d'Armes et d'autres endroits phares de la ville de Namur a été dressé : une ligne de démarcation de près d'un kilomètre, composée de morceaux de murs reliés entre eux par une alternance de tracés au sol et habillés avec des expositions photo, œuvres d'art, textes d'auteurs et explications historiques.

Autour de cet événement, plus de 70 acteurs culturels, collectifs, artistes, ONG, associations (dont l'Université de Paix),... se sont retrouvés pour :

- réfléchir sur les murs demeurant dans le monde, mais aussi sur les séparations symboliques qui existent dans nos sociétés (préjugés, racisme,...) ;
- promouvoir un message d'ouverture aux autres, de tolérance et de dialogue.



C'est dans ce cadre que l'Université de Paix a répondu à l'invitation lancée et a organisé, le mardi 27 octobre :

- 4 ateliers «*Des jeux coopératifs pour bâtir la paix... Faire connaissance, développer un regard positif sur soi et se valoriser... en s'amusant !*» pour des enfants de 2 classes écoles primaires et pour des jeunes de 2 classes secondaires,
- une conférence «*À l'école de l'adolescence*» par le Dr Philippe van Meerbeeck pour mieux comprendre comment se vit l'adolescence, ce temps passionnant et passionné de la vie, suspendu entre l'enfance et l'âge adulte,
- ... deux activités pour (re)nouer le dialogue, nourrir la relation et, ainsi, faire tomber le mur qui peut exister entre les élèves d'une même classe, entre les parents, éducateurs, animateurs, enseignants,... et les adolescents.

Prochainement dans les «Niouzz» de la RTBF...

Christine Ruol et son équipe sont venus, ce vendredi 13 novembre 2009, à la rencontre des 18 enfants de la classe de 5^e primaire de Madame Monique, de l'école Saint-Joseph de Malonne pour filmer un atelier du programme de formation «*Graines de médiateurs - Développement des habiletés sociales*» de l'Université de Paix.



Christine et Nathalie animaient cette matinée. Au programme : la météo du jour, des jeux de coopération pour se connaître et prendre sa place dans le groupe, des mises en situation pour distinguer un fait d'un jugement, des marionnettes «*Monsieur le Loup et Madame la Girafe*» pour s'entraîner à une communication vraie et authentique,...

Ces élèves, qui avaient suivi ce programme durant 2 années, ont pris plaisir à «rejouer» certains jeux comme «*Je m'assieds dans l'herbe*»... ils se sont bien amusés, ils ont pris plaisir en se (re)appropriant certains outils... tout naturellement, et sans se soucier de la caméra.

L'émission des «Niouzz» tentera de montrer combien les activités et outils proposés aux enfants peuvent être intéressants et enrichissants pour tous... pour apprendre à gérer des différends hors de tout débordement de violence... pour apprendre à construire un monde de paix !

Bon de commande

A (photo)copier et à renvoyer à : Université de Paix - 4, Bd du Nord - 5000 NAMUR
Tél. : +32(0)81-55 41 40 - Fax : +32(0)81-23 18 82 - Courriel : info@universitedepaix.be

Nom :
Prénom :
Adresse :
Code Postal : Ville :
Tél :
Fax :
E-mail :

Oui, je m'abonne et choisis

- un Abonnement ordinaire 10 €
- un Abonnement Membre adhérent 20 €

Oui, je commande

Histoire à lire...

- Firmin et la bille magique 5 €
- Gigi la girafe et l'orchestre en colère 13,50 €
- Clément et les poneys dans le canapé 6 €

Estime de soi

- Quand les tout-petits apprennent à s'estimer 19 €
- Fais-toi confiance (Marabout) 6,60 €
- L'affirmation de soi 24,30 €

Prévention

- Construire la non-violence 20,50 €
- L'agressivité chez l'enfant de 0 à 5 ans 9 €
- Questions de discipline à l'école et ailleurs... 10,70 €

Coopération

- Jeux coopératifs pour bâtir la paix 18,90 €
- Le parachute 150 €
- Les jeux de parachutes 12 €

Comprendre et agir...

- Comprendre et guider le jeune enfant 9,75 €
- Silence, la violence ! 7,80 €
- Une enfance pour s'épanouir 36 €

Communication

- L'écoute, attitudes et techniques 23 €
- Comment leur dire... La Process Communication 26,90 €
- Ainsi soient-ils! À l'école de l'adolescence 19,50 €

Des solutions...

- | | |
|---|---------|
| <input type="checkbox"/> Graines de médiateurs... Médiateurs en herbe : le livre | 19,50 € |
| <input type="checkbox"/> Graines de médiateurs... Médiateurs en herbe : le dvd | 22 € |
| <input type="checkbox"/> Graines de médiateurs... Médiateurs en herbe : kit (livre + dvd) | 35 € |
| <input type="checkbox"/> Marionnette "Le loup" | 20 € |
| <input type="checkbox"/> Marionnette "La girafe" | 20 € |

Cahiers de l'Université de Paix

- | | |
|---|------|
| <input type="checkbox"/> Cahier 4, n° spécial : Regards croisés sur le Dialogue Fraternel (84p.) | 10 € |
| <input type="checkbox"/> Cahier 5 : Compétence langagière, enjeux identitaires et développement personnel - Manfred Peters | 6 € |
| <input type="checkbox"/> Cahier 6 : Comprendre la violence... pour en sortir - Cathy Van Dorlaer | 7 € |
| <input type="checkbox"/> Cahier 7 : Actes du groupe de travail issu du Conseil académique de l'Université de Paix sur «Les relations entre musulmans et non musulmans» - Charles van der Vaeren | 10 € |

Les prix indiqués sont valables jusqu'au 30 juin 2010 et ne tiennent pas compte des frais de livraison.

Oui, je m'inscris à la (aux) session(s) de formation suivante(s) de l'Université de Paix

- 3001 – Introduction à la Communication Nonviolente
- 3002 – Règles et sanctions... à la maison
- 3003 – Pratique de négociation
- 3004 - Graines de médiateurs : éveiller l'enfant à la gestion positive des conflits
- 3005 - Graines de médiateurs : éveiller l'adolescent à la gestion positive des conflits
- 3006 – *Atelier de pratique* : Rien ne va plus... avec moi-même
- 3007 – Les relations à bras le corps !
- 3008 – *Conférence* : Comprendre les violences à l'école
- 2953 – La Caravane du Sud... Méharée dans le désert sud marocain
- 3009 – *Stage pour jeunes* : Quand les marionnettes te disent, il était une fois...
- 3011 – *Atelier de pratique* : Gestion positive des conflits
- 3012 – J'ai 4 couleurs dans le coeur

Et, j'effectue mon paiement par virement bancaire à l'ordre de l'Université de Paix :

- Triodos BE97 5230 8017 7649
- Delta Lloyd BE45 6361 9969 0189
- Fortis BE73 0010 4197 0360
- par mandat postal international

Si vous résidez en France : paiement sur le compte

- Société générale de Paris 00037291362 de l'Université de Paix

Oui, je souhaite recevoir :

- le programme des formations et conférences de l'Université de Paix, année culturelle 2009-2010
- le dépliant de présentation du programme de formation "Graines de médiateurs – Développement des habiletés sociales"
- le programme "50 ans : pas à pas vers la paix"

Date :

Signature :

JANVIER 2010

Luxembourg

> Comment prévenir la violence avec les adolescents ?

avec Nathalie BALLADE & Alexandre CASTANHEIRA – Formateurs UP
Que mettre en place pour prévenir les comportements violents ? Comment traduire des critiques entre deux personnes (jeunes et adultes) ? Comment poser des limites (et les appliquer) sans rompre la communication ?

Dates : Jeudi 14 & vendredi 15 janvier 2010

Lieu : SCRIPT (Service de coordination de la recherche et de l'innovation pédagogique et technologiques) - Boulevard de la Foire, 21 - 1528 Luxembourg (GD Luxembourg)

Inscription : SCRIPT – nadia.reuter@men.lu - (+32)247 85 965



Cette formation (agrée UFOCOR pour la carrière PE4-PE7) est gratuite pour les enseignants/es, membres du personnel socio-éducatif, membres de direction ou d'inspection luxembourgeois.

> Règles et sanctions... à la maison

avec Alexandre CASTANHEIRA & Philippe LESNE – Formateurs UP
Construire des règles, des codes de vie, des limites. Poser des sanctions éducatives plutôt que des punitions.

Dates : Lundi 25 & mardi 26 janvier 2010 - Lieu : Université de Paix

Prix, syllabus compris : 150 € (Membre adhérent UP : 130 €)

Si votre participation est prise en charge par une organisation : 190 € - Référence : 3002

Nouvelles dates

> Adapter son attitude face au conflit

avec Gilles FOSSION & Christelle LACOUR – Formateurs UP
Identifier les ingrédients d'un conflit. Prendre en compte ses comportements dans une situation conflictuelle. Découvrir les différentes attitudes et stratégies face aux conflits.

Dates : Mercredis 20 & 27 janvier 2010 - Lieu : Université de Paix

Prix, syllabus compris : 150 € (Membre adhérent UP : 130 €)

Si votre participation est prise en charge par une organisation : 190 € - Référence : 3040



L'inscription à cette formation peut être gratuite pour les travailleurs relevant des CP 319, 329 et 332. Infos et inscriptions : APEF - 02 229 20 23 - www.apefasbl.org

> Pratique de négociation

avec François BAZIER & Frédéric BILLIARD – Formateurs UP
Cerner ses forces et faiblesses dans les négociations quotidiennes.
Augmenter ses compétences à négocier.

Dates : WE 30 & 31 janvier 2010 - Lieu : Université de Paix

Prix, syllabus compris : 150 € (Membre adhérent UP : 130 €)

Si votre participation est prise en charge par une organisation : 190 € - Référence : 3003

> **Graines de médiateurs**

S'approprier le programme «Graines de médiateurs» à mettre en place dans un groupe de jeunes (classe, groupe d'animation, maison de jeunes, camp de vacances,...) pour permettre d'instaurer une dynamique de respect de chacun, d'éducation à la paix et à la citoyenneté et ainsi de favoriser la gestion positive des conflits.

...éveiller l'enfant à la gestion positive des conflits

avec Frédéric BILLIARD & Claire STRUELENS - Formateurs UP
 Dates : Lundi 1^{er} et jeudi 11 février 2010 - Lieu : Université de Paix
 Prix, syllabus compris : 150 € (Membre adhérent UP : 130 €)
 Si votre participation est prise en charge par une organisation : 190 € - Référence : 3004

...éveiller l'adolescent à la gestion positive des conflits

avec Alexandre CASTANHEIRA & Christelle LACOUR - Formateurs UP
 Dates : Mardi 2 et vendredi 12 février 2010 - Lieu : Université de Paix
 Prix, syllabus compris : 150 € (Membre adhérent UP : 130 €)
 Si votre participation est prise en charge par une organisation : 190 € - Référence : 3005

> **Les relations à bras le corps !**

avec Frédéric BILLIARD - Formateur UP
 & Ariane CRESPIEN - Professeur d'expression corporelle et de rythmique
 A travers les tensions, les sensations, les émotions, notre corps nous informe sur nos expériences relationnelles. Il est comme un baromètre de ce qui est adéquat ou pas. Intégrer cette intelligence corporelle, c'est nous doter d'un outil éducatif dans le développement des habiletés sociales.

Dates : WE 6 & 7 février 2010 - Lieu : Université de Paix
 Prix, syllabus compris : 150 € (Membre adhérent UP : 130 €)
 Si votre participation est prise en charge par une organisation : 190 € - Référence : 3007

> **Conférence «Comprendre les violences à l'école»**

Avec Philippe VIENNE - Sociologue à l'ULB, auteur de «Comprendre les violences à l'école» (de Boeck)
 Une conférence pour proposer un éclairage différent sur une question d'actualité : la compréhension des violences à l'école.

Date : Mardi 9 février 2010, 20 heures - Lieu : Université de Paix - Entrée : 10 €
 Renseignements : Les réservations et préventes se font par virement bancaire au compte de l'Université de Paix 001-0419703-60 en mentionnant la référence de la conférence «3008» + votre nom + nombre de places

Stage adultes-enfants

> **La Caravane du Sud**

avec Nathalie BALLADE & Cécile DENIS - Formatrices UP
 L'Université de Paix propose un voyage d'éducation à la citoyenneté sympa et diversifié, durant le congé de Carnaval, entraînant enfants, adolescents et adultes qui les accompagnent dans une aventure dans le désert du sud marocain : jeux de coopération, méharée, rencontre avec des acteurs locaux (enfants d'une association de Mhamid,...),... et bien plus encore !

Dates : du vendredi 12 au vendredi 19 février 2010 - Lieu : Maroc, région de Zagora
 Prix : 1150 € (1050 € pour enfants de moins de 12 ans) - Référence : 2953

Stage
pour jeunes

> Quand les marionnettes te disent, il était une fois...

avec Bénédicte de GRUBEN – Institutrice, Conceptrice de A'Musée (Luxembourg)
& Claire STRUELENS – Formatrice UP



Quatre jours pour...

- inventer et créer ensemble un conte original;
- fabriquer sa propre marionnette;
- s'amuser à jouer plusieurs rôles : auteur, acteur, décorateur;
- participer à une œuvre collective par la mise en scène du conte dans une pièce de théâtre de marionnettes;
- développer un regard positif sur soi et sur les autres.

Dates : Du mardi 16 au vendredi 19 février 2010 (Congé de Carnaval)

Lieu : Centre Marcel Hicter (Domaine de La Marlagne) - Wépion

Prix : 120 € (repas de midi et goûters & matériel de confection des marionnettes)

Référence : 3009

Les frais de participation d'enfants de moins de 12 ans à un stage extrascolaire de l'Université de Paix peuvent faire l'objet d'une déduction fiscale.

Atelier de pratique

> Gestion positive des conflits

avec Philippe LESNE – Formateur UP

Cet atelier s'adresse à toute personne ayant suivi une de nos formations « Adapter son attitude face au conflit » ou « Introduction à la gestion positive des conflits ». Après avoir rapidement rappelé les outils d'analyse, ensemble nous analyserons des situations conflictuelles apportées par les participants et tenterons lors de mise en situation de trouver des relances positives possibles.

Date : Mardi 23 février 2010, de 19h00 à 21h00 - Lieu : Université de Paix

Prix : 35 € - Référence : 3011

> J'ai 4 couleurs dans le cœur - Jouer pour apprendre à gérer ses émotions

avec Frédéric BILLIARD & Julie DUELZ - Formateurs UP

Reconnaître les différentes émotions pour aider les enfants à les nommer. Trouver des moyens concrets et ludiques pour faciliter l'expression non-violente des émotions chez les enfants.

Dates : Jeudi 25 & vendredi 26 février 2010 - Lieu : Université de Paix

Prix, syllabus compris : 150 € (Membre adhérent UP : 130 €)

Si votre participation est prise en charge par une organisation : 190 € - Référence : 3012



Cette formation est gratuite pour les professionnels de l'Enfance. L'Université de Paix est reconnue comme opérateur de formations par l'ONE, dans le cadre du décret ATL.

Renseignements : Université de Paix - 081 55 41 40

3 manières de vous inscrire



Par fax

+32 (0) 81 23 18 82



Par courrier

Université de Paix asbl
Bld du Nord, 4
5000 Namur (Belgique)



Par courriel

info@universitedepaix.be
www.universitedepaix.be



Université de Paix asbl (n° national : 4-161339-58)
Bld du Nord, 4 - 5000 Namur - BELGIQUE
Tél. +32 (0)81-55 41 40 - Fax +32 (0)81-23 18 82
info@universitedepaix.be - www.universitedepaix.be

Avec le soutien de la Communauté française de Belgique

