

Les ateliers d'une durée de 2 à 3 heures se déroulent d'autant mieux que la communication est fluide entre les participants. L'attention et l'écoute de l'autre sans jugement permettent d'approfondir les échanges dans lesquels on essaie de décrire les faits plutôt que de les interpréter. Le coordinateur de l'atelier peut, s'il le souhaite, s'intégrer aux groupes d'échanges (3 et 5 participants) et y participer comme tous les autres participants afin de faire ses propres investigations.

## ATELIER

# VIOLENCE ET NON-VIOLENCE

Atelier de réflexion individuelle et d'échanges en groupe sur des expériences personnelles de violence et de non-violence. Échanges sur les préjugés concernant la violence et la non-violence, sur les fondements d'une bonne et mauvaise violence.

**Présentation des participants et communication des prérequis de l'atelier et de la forme de travail. (5')**

**Échanges en groupe.** Chaque participant présente une expérience où il a été confronté à la violence et les réactions qu'il a eues (entré dans la spirale de violence, saisi par la peur, envahie par la nausée, envie de fuir, colère incontrôlable, etc.) et termine par ses propres conclusions sur cette expérience. (40')

**Échanges en groupe.** Chaque participant expose une expérience de non-violence (acte non-violent vis-à-vis de quelqu'un, rejet ou dénonciation d'une violence, refus d'entrer dans une violence, etc.) et termine par ses propres conclusions sur cette expérience. (40')

**Ensemble.** Échange sur les préjugés sur la violence et sur la non-violence. Peut-on résoudre la violence par la violence? Pourquoi? Existe-t-il une bonne et une mauvaise violence? (30')

**Ensemble.** Chacun des participants, s'il le souhaite, exprime ses conclusions sur le travail réalisé au cours de l'atelier. (20')

**Conclusions. (5')**