

## Fondation «Education 4 Peace»

# Le sport pour prévenir la violence

### Rencontre avec Mark Milton, fondateur et directeur de la fondation «Education 4 Peace» à Rolle

Dans la vie courante, notamment dans le sport, la violence est quotidienne. Pour transformer ce phénomène, Mark Milton décide en 2002 de créer *Education 4 Peace* (E4P), une fondation à but non lucratif, spécialisée dans le soutien de programmes de santé émotionnelle dans le cadre des écoles et le monde sportif.

**N**é en Angleterre d'un père anglais et d'une mère suisse, arrivé en Suisse à 7 ans, ce passionné de relations humaines et de communication décide de rejoindre La Main Tendue en 1992 où il explore et dirige toutes les facettes de l'organisation. Il en prendra la présidence internationale (IFOTES) en 2001. Son credo, promouvoir l'écoute à l'image de cette campagne grand public «L'écoute, c'est l'affaire de tous» ainsi que la sortie d'un fascicule «écouter, c'est l'aventure» avec Titeuf.\*

En 2004, E4P prend une orientation internationale avec l'objectif de promouvoir l'introduction de la santé émotionnelle et l'écoute dans les cursus scolaires de base à l'intention des enseignants et des étudiants.

#### – Comment avez-vous été amené à collaborer avec l'UEFA?

– Nous avons co-organisé avec IFOTES en 2007 le premier congrès international sur le thème de la santé émotionnelle, à Prato en Italie, avec le soutien de l'OMS. Nous avons invité Andy Roxburgh, Directeur technique de

l'UEFA, à venir parler des émotions et du football. Le pont entre l'UEFA et E4P est né. L'UEFA étant dans une situation de défi face à la croissance de la violence dans le football et E4P dans l'éducation à la non violence

aux enfants, cette association logique a donné vie au programme «*Master Your Emotion*» (MYE), soit, «*Maître de tes émotions*»

#### – Quel est l'objectif de cette collaboration?

– L'objectif est de réunir nos forces respectives afin de diminuer la violence dans le football et la société. L'un des axes que nous développons est de promouvoir les comportements particulièrement remarquables. Il y a énormément d'actions extraordinaires où des hommes et des



L'équipe du livre: de g. à dr. le dessinateur Carlo Trinco, la plume Catherine Schmider et «l'inventeur» Mark Milton.

femmes, dans des situations qui nous feraient craquer, gardent leur sang froid, restent centrés et maître de leurs émotions. C'est ce que nous souhaitons montrer aux jeunes, pas uniquement parce que c'est positif, mais pour les inspirer et leur permettre de s'identifier à des comportements qui témoignent d'une force intérieure.

**- Comment amener ce changement?**

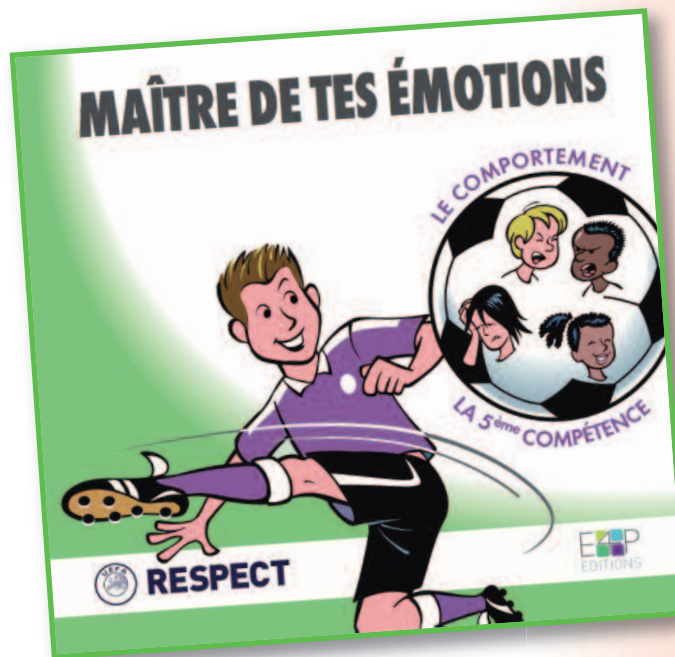
- Il est d'abord important de constater que jusqu'à ce jour, nous avons principalement condamné les comportements que nous ne souhaitons plus voir, par exemple, «Non au racisme», «kick out violence». Notre responsabilité à tous est donc aujourd'hui de changer d'approche et de communiquer davantage sur les comportements que nous souhaitons, par exemple avec la campagne «Respect» de l'UEFA et surtout en valorisant des images qui témoignent en actes.

**- Vous n'êtes donc pas d'accord avec toutes ces campagnes?**

- Dans la gestion du changement j'aime observer, sans jugement, ce qui a été entrepris dans le passé, étant convaincu que tout a un sens. On a remarqué qu'il fallait des déclarations d'intention extrêmement puissantes pour que les mentalités changent, qu'on commence à ouvrir notre esprit à d'autres choses. Tout ce qui s'est fait était donc nécessaire et nous avons besoin aujourd'hui de passer à des actions concrètes.

**- Il faudrait donc agir sur le plan scolaire?**

- Oui, si nous voulons un monde où les êtres humains vivent avec plus de bien être intérieur et moins de violence, c'est en transmettant dès l'école des outils qui permettent de travailler sur le savoir-être et le comportement, l'écoute, la gestion de la colère, de la frustration, pour amener à un changement durable. D'ailleurs l'activité sportive à l'école pourrait jouer un rôle prépondérant dans ce domaine car les professeurs de sport travaillent avec le corps, et le corps et l'esprit vont ensemble.



D'autre part, il y a beaucoup d'émotions dans le sport et c'est donc un terreau magnifique pour travailler sur la gestion de ses émotions.

**- Vous publiez cette année en collaboration avec l'UEFA un livre: «Maître de tes émotions», peut-on en savoir plus?**

- Nous avons en effet pris deux ans pour rédiger un livre à l'intention de tous les acteurs du football de base, les jeunes joueurs, les entraîneurs et les parents. Le premier objectif de ce livre est de rendre la connaissance de soi accessible et ludique. C'est un ouvrage illustré et coloré, avec un langage accessible à tout public. L'originalité du concept prend toute son ampleur avec l'élaboration d'un programme pédagogique interactif (e-learning) permettant une adaptation à chaque public: moins de 13 ans, les 13 à 19 ans, les entraîneurs et les parents. Une distribution internationale est prévue pour la prochaine saison de football et le livre sera graphiquement personnalisé à chaque pays.

**- Quels sont vos outils pédagogiques?**

- Notre fil rouge pédagogique est l'écoute active, la conscience de soi et la responsabilité personnelle. Nous travaillons notamment avec l'approche de la

communication non-violente (CNV), développé par Marshall Rosenberg, un élève de Carl Rogers qui lui-même a marqué l'histoire de la psychologie avec l'approche de l'empathie. Nous introduisons également des outils dans le domaine de la gestion de la pensée, de la sophrologie et de la relaxation. Ce livre a été rédigé avec la conscience qu'il existe de multiples approches pédagogiques qui mènent à la connaissance de soi. C'est donc un livre ouvert qui se veut inclusif avec d'autres approches et qui propose le comportement comme une compétence à part entière dans le football.

**- Qu'entendez-vous par compétence à part entière?**

- Il y a bien sûr la technique, le physique et la tactique, les trois compétences de base pour débiter le foot; il faut y ajouter le mental qui touche plutôt les pros et nous amenons le comportement comme 5<sup>e</sup> compétence. Il y a d'ailleurs de magnifiques témoignages dans le livre par des coachs professionnels qui mentionnent le lien entre la performance et la capacité à gérer ses émotions.

Allan Cosandier

\* Ecouter c'est l'aventure avec Titeuf de Rosette Poletti et Zep.

**A commander à:**  
diffusion @olbis.ch

**Connaitre le programme:**  
[www.education4peace.org](http://www.education4peace.org)