

Graines de Paix



Rapport d'avancée du programme AdoGoZen



Les adolescent·es d'aujourd'hui grandissent dans un contexte marqué par la montée des tensions sociales, la pression du groupe et la banalisation de la violence.

Beaucoup manquent d'espaces sécurisants pour exprimer ce qu'ils et elles vivent, comprendre leurs émotions et apprendre à gérer les conflits autrement que par l'agressivité ou le repli. Face à ce constat, Graines de Paix a développé en 2021 le programme AdoGoZen, qui intervient directement dans les centres socioculturels de Suisse romande, là où les jeunes vivent leur quotidien. En s'appuyant sur les animateur·trices de quartier, figures de confiance et personnes clés de l'accompagnement adolescent, le programme leur propose des outils concrets pour développer leurs compétences psychosociales, mieux réguler leurs émotions et construire des relations fondées sur le respect et la non-violence.

Agir ensemble pour ancrer la paix dans le quotidien des jeunes

Après trois années de phase pilote menée dans 7 centres socioculturels répartis dans 3 cantons romands, le programme AdoGoZen entre dans une nouvelle phase : celle de son extension régionale. Le programme compte aujourd'hui 22 centres partenaires dans 6 cantons, soit plus du triple de sa couverture initiale. Cette croissance témoigne de la pertinence du dispositif face à une réalité de terrain de plus en plus préoccupante, où les professionnel·les de l'animation socioculturelle sont confronté·es quotidiennement à des situations de violence, de mal-être et d'isolement chez les jeunes qu'ils et elles accompagnent. Elle reflète également la qualité des résultats obtenus lors du pilote et l'engagement fort des équipes de terrain qui ont choisi de s'y investir durablement, convaincues de l'impact concret du programme sur les adolescent·es.

Cette troisième phase introduit également de nouveaux leviers structurants. Un pool intercantonal d'animateur·trices formé·es permet désormais des échanges réguliers de pratiques entre cantons, renforçant la cohésion du réseau et la qualité de la mise en œuvre sur l'ensemble du territoire. Une Académie AdoGoZen en ligne offre un accès continu aux ressources pédagogiques et un espace collaboratif pour mutualiser les adaptations issues du terrain.

Enfin, un dispositif d'évaluation rigoureux, fondé sur la mesure du changement de comportement des jeunes avant, pendant et après le programme, vient documenter avec méthode les effets d'AdoGoZen sur les adolescent·es.

Au premier semestre 2026, ces trois piliers ont pris forme simultanément, marquant le véritable lancement opérationnel de cette phase d'extension.

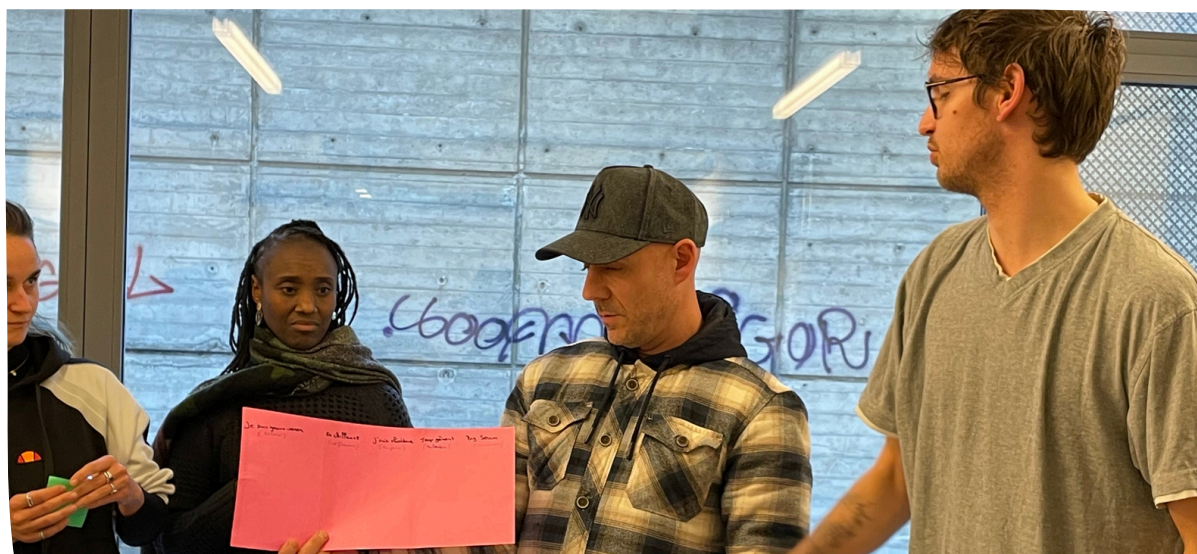
1 Formation des animateur·trices

Les 9 et 10 février 2026, 24 animateur·trices représentant six cantons romands (Neuchâtel, Vaud, Fribourg, Valais, Genève et Berne) se sont réunis à Lausanne pour deux jours de formation intensive.

Cette session constituait une étape clé du déploiement de la phase 3 : former une nouvelle génération de professionnel·les aux outils et à la posture éducative d'AdoGoZen, tout en les préparant aux spécificités de l'accueil libre.

La formation a reposé sur la pédagogie expérientielle et dialogique propre à Graines de Paix. Les participant·es ont eux-mêmes et elles-mêmes expérimenté les ateliers du programme, réfléchi à leurs propres représentations de la violence et élaboré collectivement des pistes d'adaptation pour leurs contextes respectifs.

Parmi les activités du guide pédagogique explorées figuraient : Violence ou violences ? L'effet de groupe, Qu'est-ce qu'un stéréotype ? ou encore Les adultes peuvent-ils être violents ? complétées par un volet théorique sur les compétences émotionnelles.



Les retours recueillis à l'issue de ces deux journées témoignent d'une expérience à la fois exigeante et transformatrice. Les participant·es ont unanimement salué la qualité des échanges entre pairs, la bienveillance des formatrices et l'énergie collective qui a permis d'aborder des sujets difficiles avec sérieux et engagement. Sur le plan des apprentissages, plusieurs ont mentionné une prise de conscience profonde autour de leur propre rapport à la banalisation de la violence, la découverte de nouvelles formes de violence et de réflexes de paix, ainsi que l'importance de la posture d'adulte-ressource face à des révélations de violence physique ou sexuelle. Beaucoup ont également été marqué·es par le constat que leurs collègues d'autres cantons partagent les mêmes réalités de terrain —un constat qui a nourri un fort sentiment de communauté professionnelle et permis, grâce à l'intelligence collective du groupe, de co-construire des solutions concrètes et adaptées.

Les retours critiques, tout aussi précieux, ont mis en évidence deux axes d'amélioration que Graines de Paix intègre activement dans l'évolution du dispositif : le besoin d'outils encore plus modulables pour l'accueil libre, sous forme de fiches courtes et mobilisables selon les situations, et la charge émotionnelle importante que représente ce type de formation pour des professionnel·les déjà fortement sollicité·es au quotidien. Ces retours alimentent directement la conception des prochaines sessions.

À l'issue de deux jours de formation, les animateur·trices se déclarent à l'aise avec les fondamentaux du programme. La compréhension de la posture éducative atteint 4,4/5, un résultat particulièrement fort pour une première immersion dans un dispositif aussi exigeant sur les plans pédagogiques et émotionnel. L'appropriation du dispositif se poursuivra toutefois bien au-delà de ces deux journées : la mise en œuvre des évaluations auprès des jeunes fera notamment l'objet d'un accompagnement renforcé dans le cadre du pool intercantonal et de l'Académie en ligne, deux espaces conçus précisément à cet effet.

Lancement de l'Académie AdoGoZen en ligne

En mai 2026, Graines de Paix a lancé l'Académie AdoGoZen, un espace numérique collaboratif dédié à l'ensemble des animateur·trices formé·es au programme.



Cette plateforme répond à un besoin exprimé de longue date par les équipes de terrain : disposer d'un espace commun, accessible à tout moment, pour consulter les ressources du programme, partager des adaptations pédagogiques et maintenir le lien entre les rencontres en présentiel.

L'Académie héberge le guide pédagogique en format interactif ainsi qu'un fascicule entièrement centré sur les compétences émotionnelles. Ce dernier a été développé en réponse directe à une demande formulée par les animateur·trices lors de la formation de novembre 2025.

Complément
au
guide d'animation



Confronté·es quotidiennement à des situations de tension, de violence ou de détresse chez les jeunes qu'ils accompagnent, ils souhaitent disposer d'outils pour mieux identifier et réguler leurs propres émotions. Cette attention portée au bien-être des professionnel·les n'est pas anecdotique : elle est indissociable de la qualité de la relation éducative qu'AdoGoZen cherche à soutenir, et constitue un investissement direct dans la pérennité du programme.

Dès son lancement, l'Académie s'est imposée comme le fil rouge entre les temps de formation en présentiel et la pratique quotidienne sur le terrain, un espace vivant au service de l'ancrage durable du programme dans les centres.



3 Lancement du dispositif d'évaluation : Mesurer pour mieux agir

L'engagement de Graines de Paix en faveur d'une approche fondée sur les preuves d'impact se concrétise ce semestre avec le lancement officiel du dispositif d'évaluation de la phase 3. Au cœur de ce dispositif : le questionnaire T0, administré auprès des jeunes participant·es aux ateliers AdoGoZen dès leur entrée dans le programme.

Conçu par l'équipe pédagogique de Graines de Paix, ce questionnaire mesure les compétences psychosociales des adolescent·es sur trois axes fondamentaux : la gestion de la colère et des conflits, la communication et la confiance en soi, et le rapport à l'environnement et aux relations. Il constitue la ligne de base à partir de laquelle les changements de comportement des jeunes seront documentés avec rigueur tout au long de la phase 3, jusqu'au questionnaire final prévu en fin de parcours.

Loin d'être un simple outil de collecte de données, le T0 s'est révélé être un véritable levier pédagogique entre les mains des animateur·trices. Certain·es en ont fait un moment d'échange privilégié, invitant les jeunes à réfléchir à leurs propres compétences et à leur rapport à la violence dès le début du parcours.

D'autres sont allé·es encore plus loin, en transformant la passation du questionnaire en activité par les jeunes et pour les jeunes : des adolescent·es ont eux-mêmes mené les entretiens auprès de leurs pairs, endossant ainsi un rôle actif dans la démarche évaluative. Cette initiative, spontanément portée par certaines équipes, illustre pleinement l'esprit d'AdoGoZen : faire des jeunes non pas de simples bénéficiaires, mais des acteur·trices engagé·es et responsables au sein de leur communauté.

La première collecte de données est en cours. L'analyse des données viendra progressivement alimenter la connaissance du programme et renforcer sa capacité à démontrer, chiffres et témoignages à l'appui, l'impact concret d'AdoGoZen sur les adolescent·es de Suisse romande.

4 Vers un projet audiovisuel « par et pour les jeunes »

Ce semestre a permis de poser les premières fondations du projet audiovisuel. Quatre centres socioculturels se sont d'ores et déjà portés volontaires pour y participer : le centre de Bussigny (Vaud), le centre de Crans-Montana (Valais), le centre d'animation socioculturelle de La Chaux-de-Fonds (Neuchâtel) et le centre Le Spot du Val de Travers (Neuchâtel).

Ce projet représente une étape inédite dans l'histoire d'AdoGoZen : pour la première fois, des groupes d'adolescent·es seront invité·es à concevoir et réaliser eux-mêmes des contenus audiovisuels autour des thématiques centrales du programme (violence, émotions, relations, paix). En passant de la posture de bénéficiaires à celle de créateur·trices, les jeunes deviendront à leur tour vecteurs de sensibilisation auprès de leurs pairs. Les productions réalisées viendront enrichir les ressources du programme et soutenir le travail éducatif mené dans l'ensemble des centres partenaires.

Le lancement effectif du projet est prévu pour la rentrée de septembre 2026. Ce calendrier permet aux animateur·trices de prendre le temps nécessaire à l'appropriation approfondie des outils avant d'engager les jeunes dans cette aventure créative.



5 Première rencontre du pool intercantonal

Le 5 mai 2026 s'est tenue la première rencontre du pool intercantonal d'animateur·trices AdoGoZen, dans les locaux de la FARP (Formation des Associations Romandes et Tessinoise des Psychologues) à Lausanne. Treize professionnel·les représentant les cantons de Neuchâtel, du Valais, de Vaud et de Fribourg ont consacré une journée entière au partage de leurs expériences de terrain, à la consolidation de leur maîtrise du dispositif et au renforcement de la dynamique de réseau qui est au cœur de cette phase d'extension.



La journée a articulé plusieurs temps complémentaires : un bilan collectif des réussites et des difficultés rencontrées dans les centres, un retour approfondi sur les contenus du guide et le nouveau fascicule sur les émotions, une prise en main de l'espace Académie en ligne pour mutualiser les ressources, et une présentation du projet audiovisuel à venir. Les échanges autour de la conduite de l'évaluation du programme auprès des jeunes ont été particulièrement riches et concrets.

Certain·es animateur·trices ont partagé leur expérience de mise en œuvre du questionnaire conçu par le programme en tête-à-tête avec les jeunes, une approche qui a permis d'instaurer une relation de confiance singulière et d'approfondir le dialogue ; d'autres l'ont administré en groupe, favorisant une dynamique collective de réflexion sur les thématiques du programme.

Au-delà du partage de pratiques, cette rencontre a joué un rôle moteur dans la dynamique d'évaluation du programme. En témoignant de leur expérience concrète de collecte de données, les animateur·trices les plus avancé·es ont encouragé et outillé leurs collègues pour s'engager pleinement dans la démarche, confirmant que le pool intercantonal est un levier essentiel de la qualité et de la cohérence du programme à l'échelle romande.

Ce que le pilote nous a appris : la parole des jeunes et des animateur·trices

Si les données de la phase 3 sont encore en cours de collecte, les trois années de phase pilote ont déjà livré des témoignages forts, révélateurs de la manière dont AdoGoZen transforme les réflexes des jeunes face aux situations de tension. Ces paroles, recueillies auprès de jeunes et d'animateur·trices ayant participé au programme, illustrent l'impact que le nouveau dispositif d'évaluation cherche désormais à mesurer et à documenter de façon rigoureuse à l'échelle des 22 centres.





Témoignages des animateurs·trices :

« C'est surtout chez les plus « téméraires dans la violence » que l'engagement évolue le plus. Petit à petit, ils comprennent qu'ils ne pourront pas construire leur vie uniquement sur les affrontements. »

« Parfois, lors de rixes, quand ils sentent le danger réel, il y a comme une bascule, le sentiment fort qu'on ne peut pas baser ses relations que sur la peur, la domination, la violence. »

« Sur le long terme, j'en ai deux ou trois [adolescents] qui ont accroché, qui sont devenus des leviers au sein du groupe pour calmer les choses. Par exemple, quand on sait qu'il va y avoir une embrouille dans la ville d'à côté, ce sont eux qu'on appelle. « Oui, on est au courant de ce qui se prépare... t'inquiète, on va calmer le jeu, on n'y va pas ! »

« Moi, dans mon groupe, au départ, les jeunes étaient vraiment dans la délation. Chaque membre voulait ressortir comme le moins violent du groupe aux yeux des autres. Donc, ils balançaient : « T'as fait ça... c'est toi qui as fait ça... » Petit à petit, ils sont passés de se dénoncer à se faire des morales, des morales plutôt assez intelligentes. Par exemple, un des jeunes qui ne réfléchit jamais avant de parler peut s'adresser dans la rue à quelqu'un en disant : « tu t'habilles comme une merde » Là, ses potes vont le reprendre en lui faisant prendre conscience de sa manière de parler. »



Témoignages des jeunes :

« Ça nous fait réfléchir, parce que souvent, on agit sans réfléchir. Là, ça nous permet de prendre du recul. »

« Moi, je trouve que ça amène des réflexions qu'on n'a pas l'habitude entre nous. J'y ai pensé pendant les vacances, je me suis dit qu'il fallait réfléchir avant, pas après. »

« Moi, j'ai vécu une situation, à 3h du matin. Un gars arrive en scooter, il a bu et me parle mal. Moi, j'ai hésité à le frapper et puis je me suis dit : « en vrai, j'ai rien à prouver... il va partir et voilà. » J'ai pensé aux conséquences, en fait. »

« Moi, l'autre jour, j'étais sur le terrain, j'ai failli partir en clash, mais je me suis levé et j'ai crié pour calmer. J'ai choisi la neutralité et ça a marché. »





Perspectives pour le second semestre 2026

Le second semestre 2026 s'inscrit dans la continuité directe des actions lancées, avec plusieurs jalons qui viendront approfondir et élargir les trois piliers du programme.

Sur le volet réseau et formation, la deuxième rencontre du pool intercantonal permettra de poursuivre les échanges de pratiques entre animateur·trices et de renforcer la cohésion d'un réseau désormais établi comme temps fort structurant du programme. De nouveaux centres rejoindront également AdoGoZen à la rentrée : leur formation et leur accompagnement constitueront un axe prioritaire du semestre, dans la perspective d'un maillage territorial toujours plus solide en Suisse romande.

Sur le volet évaluation, la consolidation du dispositif de mesure restera une priorité : finalisation de la collecte des questionnaires T0, premières analyses des données et montée en compétences des animateur·trices les moins avancé·es dans la démarche, avec l'appui du pool intercantonal et de l'Académie en ligne.

Sur le volet engagement des jeunes, le projet audiovisuel « par et pour les jeunes » sera lancé dès la rentrée de septembre avec les quatre centres volontaires, marquant le passage des adolescent·es du statut de bénéficiaires à celui de créateur·trices de contenus de sensibilisation destinés à leurs pairs.

