

Évaluation et impact :

Le Programme d'éducation pour la paix
a été suivi dans des établissements pénitentiaires
d'Europe, du Pacifique, d'Amérique du Sud et du Nord

Analyse des questionnaires sur la formation
dans sept pays

réalisée par ACE Insights,
Kerikeri, Nouvelle-Zélande

pour la Fondation Prem Rawat
Avril 2020

SOMMAIRE

NUMÉRO
DE PAGE

1.0 INTRODUCTION	3
1.1 La Fondation Prem Rawat (TPRF)	3
1.2 Le Programme d'éducation pour la paix	3
2.0 OBJECTIFS DE L'ÉTUDE	4
3.0 MÉTHODE DE RECHERCHE	5
4.0 RÉSUMÉ ANALYTIQUE	7
5.0 ÉVALUATIONS PRÉ- ET POST-PROGRAMME	10
5.1 Amélioration générale de la compréhension des participants	10
5.2 Amélioration de la compréhension sur des points spécifiques	10
5.3 Améliorations signalées dans au moins une des propositions	13
5.4 Nombre de propositions où des améliorations ont été rapportées	14
6.0 INFORMATIONS QUALITATIVES (questions ouvertes)	15
6.1 Programme sur la découverte de soi	15
6.2 Principaux résultats du Programme	16
6.3 Progrès et améliorations	20
6.4 Contenu et style de la formation	23
ANNEXES	24
1. Exemple du formulaire	24
2. Présentation d'Ace Insights	25

1.0 INTRODUCTION

1.1 La Fondation Prem Rawat (TPRF)

La Fondation Prem Rawat est une fondation publique à but non lucratif, créée en 2001. Sa mission est de répondre aux besoins humains fondamentaux de nourriture, d'eau et de paix, afin que les gens puissent vivre dans la dignité, la paix et la prospérité.

Par le biais de divers programmes et initiatives, TPRF contribue à bâtir un monde de paix, une personne à la fois.

Ses activités comprennent :

- Le **Programme Food for People** (des repas pour tous). Mettant en œuvre une nouvelle approche pour venir en aide à des populations déshéritées, Food for People prépare et sert des repas chauds et équilibrés aux enfants et aux adultes malades. La Fondation déploie actuellement ce programme en Inde, au Népal et au Ghana.
- **Aide humanitaire**. Depuis 2001, TPRF a alloué plus de 160 subventions d'aide aux personnes dans 40 pays.
- Le **Programme d'éducation pour la paix**, objet de ce rapport.

Les actions de TPRF sont financées par la générosité de donateurs de plus de cinquante pays. Le personnel de la Fondation, y compris son conseil d'administration, est principalement composé de bénévoles. GuideStar et Charity Navigator, deux instituts américains d'évaluation d'organisations caritatives, accordent à TPRF leurs plus hautes notes pour son engagement en matière de transparence, pour sa responsabilité fiscale, sa gestion et ses résultats.

1.2 Le Programme d'éducation pour la paix

Présentation

« Le Programme d'éducation pour la paix a un objectif simple : vous mettre en contact avec vous-même. » *Prem Rawat, fondateur de TPRF.*

Le Programme d'éducation pour la paix propose plusieurs formations de dix ateliers chacune, sur des thèmes conçus pour explorer nos ressources intérieures. Illustrés par des extraits vidéo de conférences de Prem Rawat sur la paix personnelle, ces dix thèmes sont : la paix, l'appréciation, la force intérieure, la conscience de soi, la clarté, la compréhension, la dignité, le choix, l'espoir et la plénitude.



Le Programme d'éducation pour la paix invite les participants et les participantes à :

1. Comprendre que la paix individuelle est possible.
2. Prendre conscience de ressources personnelles telles que la clarté, l'espoir et la liberté de choix.
3. Savoir reconnaître sa propre valeur.

Les ateliers

Chacune des séances comprend une sélection d'extraits vidéo des conférences de Prem Rawat. Les ateliers comprennent également des temps de réflexion, des échanges entre les participants, alternant avec des activités collectives ou individuelles et la lecture de documents. Ces ateliers multimédia et interactifs, traduits en plusieurs langues, n'ont aucun caractère religieux ni sectaire. Chaque participant reçoit un cahier d'accompagnement, et comme il s'agit de découverte de soi – une démarche très personnelle – il n'y a aucun test dans ce processus.

Portée du programme

En 2019, environ 36 000 personnes ont suivi plus de 1 100 formations du Programme d'éducation pour la paix dans 39 pays. Parmi les organisations qui ont accueilli le Programme, on peut citer des prisons, des associations, des écoles et des universités, des formations pour adultes, des foyers pour sans-abri et de réinsertion, des instituts de bien-être, des établissements pour personnes âgées et des groupes d'anciens combattants.

Le Programme d'éducation pour la paix dans les prisons

Cette étude évalue le Programme d'éducation pour la paix du point de vue des participants aux formations dans des établissements pénitentiaires.

Fin 2019, le Programme aura été déployé dans 681 prisons depuis le début de sa mise en place en 2012.

2.0 OBJECTIFS DE L'ÉTUDE

L'objectif principal de cette évaluation était de déterminer si la participation au Programme d'éducation pour la paix avait amélioré la vie des personnes incarcérées, tous pays confondus. L'enquête a mesuré et évalué des changements d'attitude et de comportement après avoir suivi la formation.

Les objectifs spécifiques comprenaient :

- Évaluer les notes attribuées par les participants avant et après le Programme pour savoir si une variation positive s'est produite
- Déterminer précisément si les participants ont eu une meilleure compréhension des dix thèmes abordés dans le Programme



- Effectuer une analyse croisée des résultats selon les profils socio-démographiques (âge, sexe et niveau d'études), pour déterminer si ceux-ci différaient selon les groupes de participants
- Faire émerger les thèmes clés du Programme en analysant les commentaires formulés dans le cadre des questions ouvertes
- Évaluer l'ampleur des changements d'attitude et de comportement résultant de la participation au Programme, tels que décrits dans les commentaires des participants

3.0 MÉTHODE DE RECHERCHE

Approche globale

À la fin du Programme, les participants étaient invités à donner leur avis en remplissant des questionnaires anonymes.

Taille et fiabilité de l'échantillon

L'étude portait sur un échantillon de $n = 604$ participants ayant achevé le Programme d'éducation pour la paix en 2018 et 2019. Compte tenu de l'importance de l'échantillon, les résultats sont robustes et fiables, avec une marge d'erreur maximale de $\pm 4,0 \%$, et un degré de fiabilité de 95% .

Profils socio-démographiques

Les réponses provenaient de sept pays : États-Unis, Royaume-Uni, Espagne, Portugal, Finlande, Australie et Trinité-et-Tobago. Les participants à l'enquête étaient âgés de 20 à 80 ans, avec un âge médian de 42 ans, et un profil d'âge selon ce tableau :

Âge	n =	%
< 36 ans	149	31 %
36 à 50 ans	170	36 %
> 50 ans	156	33 %
475 personnes ont répondu à la question.		

Environ trois quarts (77 %) du total étaient des hommes et un quart (23 %) des femmes :

Sexe	n =	%
Hommes	354	77 %
Femmes	106	23 %
460 personnes ont répondu à la question.		



Parmi ceux qui ont indiqué leur **niveau d'études le plus élevé**, 51 % ont fait des études secondaires :

Niveau d'études atteint	n =	%
Ont commencé l'école secondaire	120	26 %
Ont terminé l'école secondaire	117	25 %
Ont commencé un métier	80	17 %
Ont commencé l'université	57	12 %
Ont obtenu un diplôme universitaire	64	14 %
Ont poursuivi des études supérieures	28	6 %

465 personnes ont répondu à la question.

Questionnaire

Le questionnaire comprenait deux types de questions :

1. Évaluation quantitative (questions fermées)

Les participants ont évalué le Programme sur une échelle de notation Likert allant de 1 (pas du tout d'accord, très négatif) à 5 (tout à fait d'accord, très positif). Ils ont indiqué leur niveau d'approbation avec les dix propositions décrivant leur compréhension avant et après avoir participé au Programme.

NB. Ils ont donné toutes leurs notes après avoir terminé le Programme ; les notes "avant" représentant leur réflexion, à la fin du Programme, sur une évaluation avant d'y avoir participé. Cette méthode de questionnement a été choisie pour deux raisons principales :

- i. Les formulaires d'enquête étant anonymes, il aurait été difficile de faire des comparaisons avant et après les évaluations si les participants avaient été invités à donner leurs notes "avant" au début du Programme et leur classement "après" à la fin.
- ii. Le Programme étant conçu pour accroître la compréhension des participants, une personne aurait pu attribuer une note de 5 au début du Programme (par exemple, « Je comprends parfaitement ce qu'est la clarté »), mais se rendre compte ensuite, avec le recul une fois la formation achevée, que la note attribuée à son niveau initial de compréhension de ce qu'est la « clarté » serait plutôt de 3.

Voir annexe 1 pour un exemple de questionnaire d'enquête complété.

Les participants et les participantes ont également répondu à des questions socio-démographiques en fonction de leur âge, leur sexe et leur niveau d'études le plus élevé.



2. Questions ouvertes

Les réponses qualitatives aux questions ouvertes sont conservées mot à mot, dans l'expression même de chaque participant. Elles concernent les deux questions principales :

- Qu'avez-vous retiré du Programme d'éducation pour la paix ?
- Pensez-vous que le Programme d'éducation pour la paix ait un sens dans votre vie ?

Limites de l'enquête

Tous les pays où le programme a eu lieu n'ont pas été inclus dans les données de cette enquête, de sorte que les résultats, bien que très positifs, peuvent ne pas être totalement représentatifs.

D'autre part, les formulaires d'évaluation n'ont pas été distribués systématiquement par tous les animateurs, ce qui peut, là encore, modifier la précision de ces résultats.

Préparation du rapport

Le rapport a été préparé par Ace Insights, organisme de recherche indépendant basé en Nouvelle-Zélande. Voir annexe 2.

4.0 RÉSUMÉ ANALYTIQUE

Tant quantitativement que qualitativement, les personnes qui ont suivi le Programme d'éducation pour la paix dans des établissements pénitentiaires reconnaissent pleinement la valeur du Programme. Invités à évaluer leur niveau personnel de compréhension avant et après la participation aux dix ateliers, les 604 participants ont, dans leur grande majorité, rapporté des améliorations très positives :

- Les réponses « tout à fait d'accord » (très positif) ont été multipliées par 3,8, passant de 19 % des réponses "avant" à 72 % des réponses "après". Cette amélioration est statistiquement significative avec un degré de fiabilité de 99,5 %.
- Le nombre total des personnes « pas d'accord » et « pas du tout d'accord » a chuté très fortement, passant de 16 % à 1 % du total. Il s'agit là également d'un résultat statistiquement significatif avec un degré de fiabilité de 99,5 %.
- Parmi les dix propositions, il a été noté une forte augmentation des évaluations positives, notamment pour : « J'ai compris qu'en connaissant ma force et mes ressources intérieures, je peux vivre de manière plus consciente. » (+ 57 %), amélioration très significative, avec un degré de fiabilité de 99,5 %.
- 89 % des participants ont rapporté une amélioration dans au moins un des domaines mesurés, et 63 % d'entre eux ont fait état d'une amélioration dans sept domaines ou plus.



Les principaux résultats du Programme d'éducation pour la paix, tirés de l'analyse thématique des commentaires en expression libre, sont les suivants :



Résultats confirmés par les commentaires libres des participants qui indiquent que les principaux changements après leur participation au Programme ont été les suivants :

- Des **changements d'attitude** : comprendre qu'il est toujours temps de changer ; être prêt à évoluer ; être capable d'affronter les événements du passé et gagner en autonomie
- Des **changements de comportement** : maîtriser sa colère et éviter les affrontements

En conclusion, il ressort que le Programme d'éducation pour la paix a un effet très positif sur la grande majorité des participants et des participantes au Programme partout dans le monde.

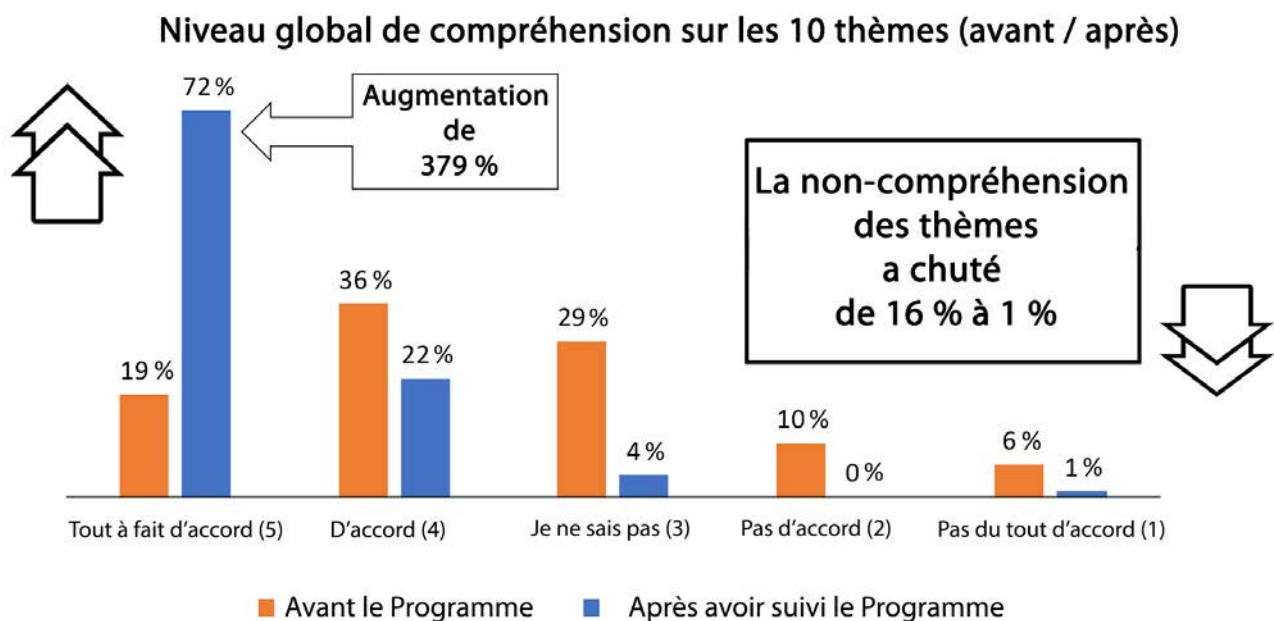
RAPPORT DÉTAILLÉ



5.0 ÉVALUATIONS PRÉ- ET POST-PROGRAMME

5.1 Amélioration générale de la compréhension des participants

Comme le montre le tableau ci-dessous, **la compréhension des participants s'est considérablement améliorée lorsque l'on compare les évaluations avant et après la formation.** Les évaluations « tout à fait d'accord » (très positif) ont presque quadruplé, passant de 19 % « avant » à 72 % « après ». À l'inverse, les notes « pas d'accord » et « pas du tout d'accord » (1 ou 2 sur l'échelle de notation) ont très fortement diminué, passant de 16 % à 1 % du total. Ces résultats sont **statistiquement significatifs avec un degré de fiabilité de 99,5 %** (extrêmement fiable).



Base : n = 5 989 "avant" évaluation, et n = 5 989 "après" évaluation, sur 604 participants au Programme.

5.2 Amélioration de la compréhension des participants sur des points spécifiques

Le tableau suivant résume **les notes tout à fait d'accord (très positif)** pour les dix propositions spécifiques évaluées dans le sondage avant et après avoir suivi le Programme.

Sur ces dix points, on constate une forte augmentation des évaluations positives, la plus grande amélioration (+ 57 %) étant celle pour « J'ai compris qu'en connaissant ma force et mes ressources intérieures, je peux vivre de manière plus consciente. » L'amélioration des notes avant et après avoir suivi le Programme est **statistiquement significative avec un degré de fiabilité de 99,5 %** (extrêmement fiable).

« J'ai conscience d'avoir, au quotidien, le pouvoir et la liberté de faire des choix qui auront une influence sur mon bien-être. » a été la proposition la mieux notée post-Programme (79 % tout à fait d'accord).

C'est sur les points portant sur la possibilité de ressentir de la plénitude et d'apprécier d'être en vie que les évaluations avant le Programme sont les plus basses (16 % sont tout à fait d'accord).

Pourcentage de personnes ayant donné des notes « tout à fait d'accord » sur des points spécifiques de compréhension

	Tout à fait d'accord avant d'avoir suivi le Programme	Tout à fait d'accord après avoir suivi le Programme	Augmentation en % de points
J'ai conscience d'avoir, au quotidien, le pouvoir et la liberté de faire des choix qui auront une influence sur mon bien-être	27 %	79 %	+ 52
J'ai compris qu'en connaissant ma force et mes ressources intérieures, je peux vivre ma vie de manière plus consciente	18 %	75 %	+ 57
Je me rends compte qu'il est possible de ressentir la paix dans ma vie	17 %	73 %	+ 56
Je comprends la différence entre croire et savoir par expérience	22 %	73 %	+ 51
J'ai conscience de posséder une force intérieure sur laquelle je peux m'appuyer	21 %	72 %	+ 51
Je reconnais la dignité d'être en vie, indépendamment des circonstances	19 %	72 %	+ 53
Je sais que la clarté est l'une de mes richesses intérieures qui peut m'aider au quotidien	18 %	72 %	+ 54
Je comprends qu'apprécier la vie et m'en réjouir sont quelques-unes des ressources que je possède	16 %	71 %	+ 55
Je comprends que l'espoir est l'une des ressources intérieures qui peut m'aider dans les moments difficiles	21 %	71 %	+ 50
Je me rends compte qu'il est possible d'être comblé.e, quoi qu'il se passe dans ma vie	16 %	66 %	+ 50

Base : n = 604 participants.

Le tableau suivant résume les **réponses négatives** aux dix propositions, c'est-à-dire la proportion de ceux qui ont exprimé leur désaccord avec ces propositions (« pas du tout d'accord » ou « pas d'accord »).

En comparant les réponses “avant” et “après”, **une forte baisse des notes négatives** a été enregistrée pour les dix propositions. Après avoir suivi le Programme, les notes ont chuté entre zéro et 2 % des réponses. Pour les dix propositions, la diminution des notes négatives – avant la formation et après l'avoir suivie – est à nouveau **statistiquement significative avec un degré de fiabilité de 99,5 %** (extrêmement fiable).

La plus forte baisse des notes négatives (– 22 %) concerne la proposition : « Je me rends compte qu'il est possible d'être comblé.e, quoi qu'il se passe dans ma vie. » où environ un quart était sceptique avant d'avoir suivi le Programme, contre seulement 2 % après.

Pourcentage des notes « pas du tout d'accord » ou « pas d'accord » sur les propositions spécifiques concernant la compréhension

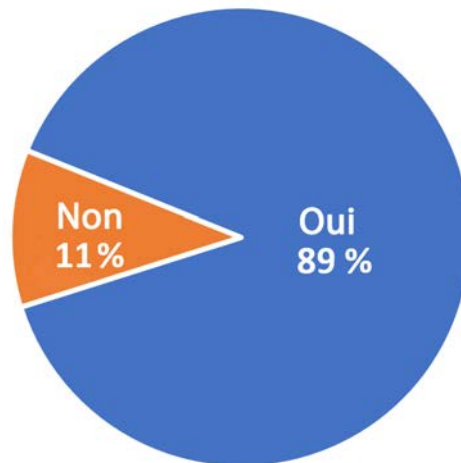
	Pas d'accord avant d'avoir suivi le Programme	Pas d'accord après avoir suivi le Programme	Diminution en % de points
J'ai conscience d'avoir, au quotidien, le pouvoir et la liberté de faire des choix qui auront une influence sur mon bien-être	14 %	2 %	– 12
J'ai compris qu'en connaissant ma force et mes ressources intérieures, je peux vivre ma vie de manière plus consciente	14 %	0 %	– 14
Je me rends compte qu'il est possible de ressentir la paix dans ma vie	16 %	1 %	– 15
Je comprends la différence entre croire et savoir par expérience	11 %	2 %	– 9
J'ai conscience de posséder une force intérieure sur laquelle je peux m'appuyer	17 %	1 %	– 16
Je reconnais la dignité d'être en vie, indépendamment des circonstances	17 %	1 %	– 16
Je sais que la clarté est l'une de mes richesses intérieures qui peut m'aider au quotidien	16 %	1 %	– 15
Je comprends qu'apprécier la vie et m'en réjouir sont quelques-unes des ressources que je possède	14 %	1 %	– 13
Je comprends que l'espoir est l'une des ressources intérieures qui peut m'aider dans les moments difficiles	17 %	2 %	– 15
Je me rends compte qu'il est possible d'être comblé.e, quoi qu'il se passe dans ma vie	24 %	2 %	– 22

Base : n = 604 participants.

5.3 Améliorations signalées dans au moins une des propositions

Nous avons évalué le niveau d'amélioration des notes pour les dix propositions étudiées dans l'enquête (voir tableaux à la section 5.2). Le graphique suivant montre que **près de neuf participants sur dix (89 %) donnent une meilleure note dans au moins une proposition** :

A noté une amélioration de sa note dans au moins une proposition

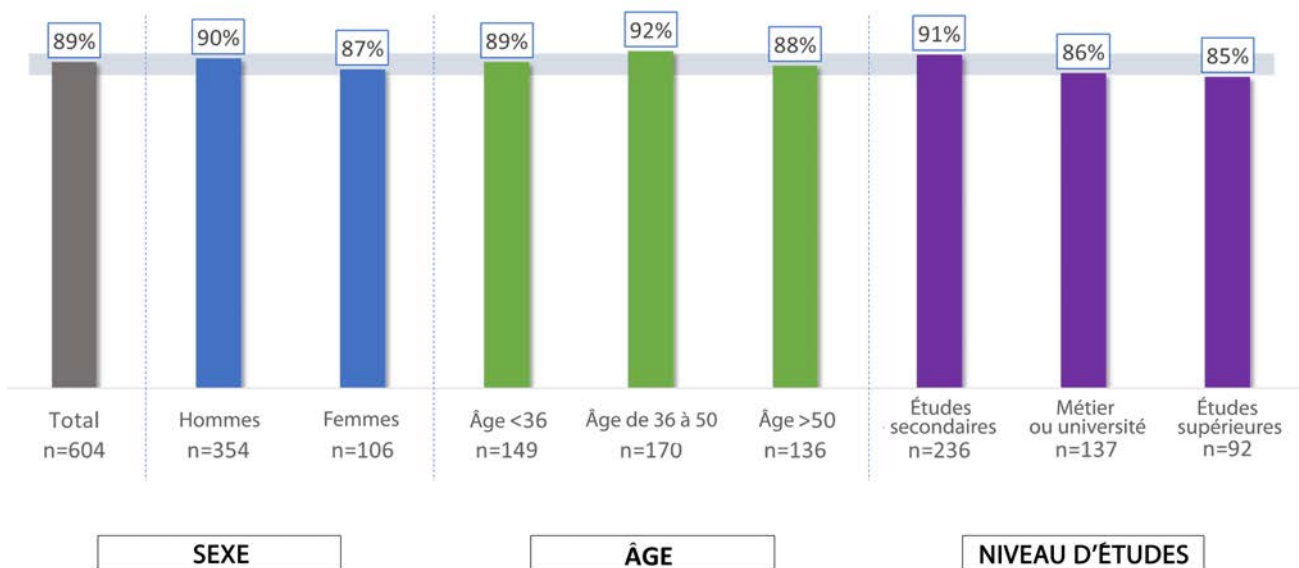


Base : n = 604 participants

Résultats selon les groupes socio-démographiques.

Comme le montre le graphique ci-dessous, **des résultats très positifs similaires ont été enregistrés pour tous les sous-groupes selon l'âge, le sexe et le niveau d'éducation**. Le Programme a un impact positif sur tous et toutes, indépendamment du groupe socio-démographique.

% avec une amélioration dans au moins une proposition selon le groupe socio-démographique

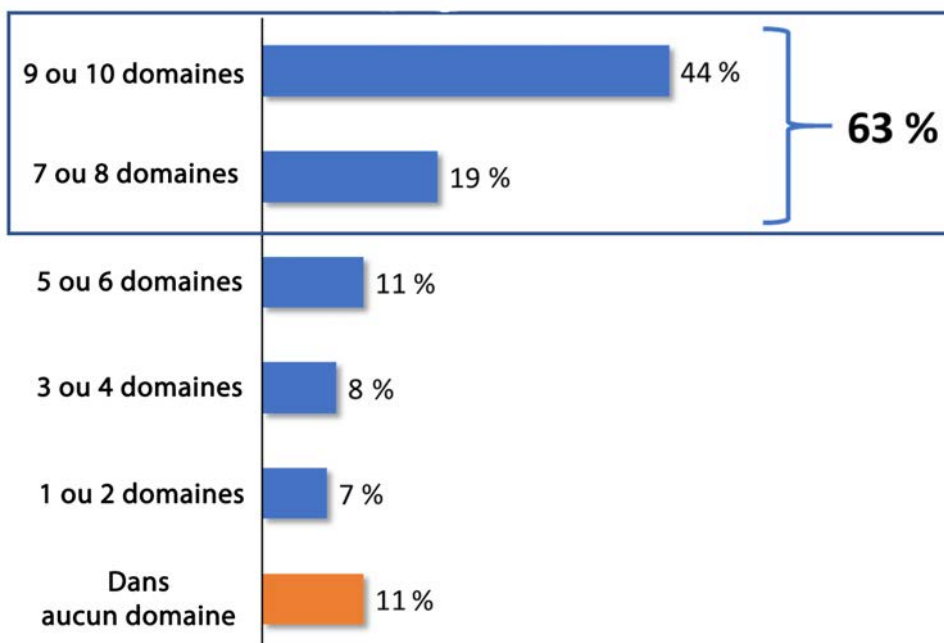


5.4 Nombre de propositions où des améliorations ont été rapportées

Là encore, si l'on considère le niveau d'amélioration pour les dix propositions mesurées dans l'enquête (voir tableaux section 5.2), nous observons que le Programme **améliore généralement la compréhension dans plusieurs propositions**.

Comme le montre le graphique suivant, **63 % des participants au Programme ont constaté des améliorations dans sept ou plus des dix propositions** mesurées. Seulement un participant sur dix (11 %) ne déclare aucune amélioration.

Nombre de propositions où des améliorations ont été rapportées en % de participants



6.0 INFORMATIONS QUALITATIVES (questions ouvertes)

6.1 Le Programme porte sur la découverte de soi

Ci-dessous les commentaires des participants sur ce sujet :

« J'ai acquis une compréhension, de la clarté, de la puissance. » *Centre de détention de Metro West, Floride*

« J'ai pu prendre conscience des grands atouts que je possède et savoir y accéder en moi pour les exprimer. » *Prison de Port-d'Espagne, Trinité-et-Tobago*

« J'ai appris tellement de choses sur moi-même que je n'en reviens pas, et je suis plus heureuse aujourd'hui qu'avant de venir à ces ateliers. » *Prison pour femmes d'Osceola, États-Unis*

« Le programme pour la paix me rappelle que je n'ai pas à chercher la paix ailleurs qu'en moi. Depuis que je l'ai suivi, je regarde la vie sous un nouvel angle. » *Prison de Port-d'Espagne, Trinité-et-Tobago*

« J'ai traversé des moments très difficiles... et cette formation m'a aidée à me comprendre mieux, à accepter et à être plus consciente. » *Prison d'Almeria, Espagne*

« Ce que je cherche est à l'intérieur de moi. » *Prison de Leeds, Royaume-Uni*



6.2 Principaux résultats du Programme

Le diagramme suivant montre les sept principaux résultats, identifiés à partir de l'analyse thématique des commentaires libres des participants :



Ces résultats sont détaillés ci-dessous.

1. Ressentir la paix

Comme l'indique son titre, un aspect fondamental du Programme d'éducation pour la paix est d'aider à ressentir une paix personnelle. Commentaires de participants sur ce sujet :

« Ce qui m'a donné envie de suivre cette formation, c'est que je suis musulman et que le mot islam signifie paix. Ce programme m'aide vraiment à comprendre ce qu'est la paix et comment la paix pourrait nous aider dans notre vie quotidienne. » *Centre de détention préventive, Trinité-et-Tobago*

« Je peux sentir la paix malgré le chaos, les barreaux et les murs qui me séparent du monde matériel. » *Prison d'Almeria, Andalousie, Espagne*

« Les ateliers m'ont aidé à atteindre un lieu de paix et de tranquillité auquel je n'avais jamais accédé. » *Prison en Floride, États-Unis*

« J'ai le cœur en paix alors que tout autour de moi n'est que tensions et conflits. » *Prison de Golden Grove, Trinité-et-Tobago*

« Ça m'a donné un sentiment de paix dans une situation très triste et très difficile. » *Prison de Littlehey, Royaume-Uni*

2. Se sentir positif et plein d'espoir

Les participants affirment se sentir plus constructifs et retrouver espoir grâce au Programme. Leurs commentaires :

« Le programme m'a donné de l'espoir. » *Centro de la Mujer de Puerto Lumbreras, Espagne*

« Je suis vraiment très heureux maintenant, le Programme m'a aidé à trouver la paix que j'ai toujours voulue. » *Prison de Leeds, Royaume-Uni*

« J'adore ce programme. Il me donne un sentiment d'espoir. » *Prison de Leeds, Royaume-Uni*

« Oui, ce Programme d'éducation pour la paix a vraiment eu un impact positif indéniable sur ma vie. Il a changé ma façon de penser, parce que j'avais toujours des pensées négatives. Cela m'a vraiment donné une nouvelle approche pour chaque jour qui m'est accordé. » *Prison de Golden Grove, Trinité-et-Tobago*

3. Apprécier d'être en vie

Les détenus et les détenues qui ont suivi le Programme disent avoir découvert le plaisir d'être en vie. Ci-dessous leurs commentaires sur ce sujet :

« Apprécier des choses apporte une paix limitée, de temps en temps. Mais si on apprécie la vie même, on peut vivre une vie exceptionnelle. » *Centre de détention de Metro West, Floride*

« J'ai appris à apprécier chaque seconde de ma vie. » *Prison de Port-d'Espagne, Trinité-et-Tobago*

« Cette vie est une belle chose, et vivre, une belle chose. » *Prison en Floride, États-Unis*

« Tout ce que je voyais et ressentais négativement, j'ai fini par le ressentir de façon positive. Comment y suis-je parvenue ? En commençant par apprécier qui je suis. » *Prison d'Almeria, Espagne*

4. Regarder la vie autrement

Les personnes qui ont suivi le Programme d'éducation pour la paix indiquent avoir découvert une nouvelle perspective sur leur vie. Quelques commentaires sur ce sujet :

« Cela fait penser d'une manière différente. » *Prison de Leeds, Royaume-Uni*

« Il y avait beaucoup de choses qui allaient de soi, mais je n'y avais jamais réfléchi. » *Prison de Hämeenlinna, Finlande*



« Je voudrais juste vous remercier de m’avoir donné une autre perspective sur la vie. » *Prison d’Alicante, Espagne*

« J’ai commencé à voir les choses différemment. J’ai appris à prendre du recul sur certaines choses qui m’auraient énervé avant. » *Prison Anfas de Pampelune, Espagne*

5. Avoir une meilleure compréhension

Les participants au Programme confirment avoir appris à mieux se comprendre, et mieux comprendre les problèmes qui les ont affectés dans le passé.

Voici quelques commentaires sur ce sujet :

« Cela m’a donné l’occasion de réfléchir aux choix que j’ai faits. » *Prison de Leeds, Royaume-Uni*

« Ce programme est très important car il nous aide à mieux nous comprendre à l’intérieur. » *Prison de Malgrat de Mar, Espagne*

« Prendre conscience des grandes qualités que je possède et savoir y accéder en moi pour les exprimer. » *Prison de Port-d’Espagne, Trinité-et-Tobago*

« Dès le premier jour où je suis allé à cette formation, j’ai beaucoup changé dans ma façon de voir les choses, en mieux. » *Prison de Caxias, Espagne*

« Le programme me donne une chance, à moi et aux autres, d’élargir nos perspectives. » *Prison de Thameside, Royaume-Uni*

6. Mettre en pratique les messages du Programme

Les participants parlent d’appliquer concrètement les principaux enseignements du Programme dans leur vie.

Ci-dessous leurs commentaires :

« Je vois beaucoup de haine dans le monde, alors j’applique les enseignements du Programme pour m’apporter la paix, à moi et aux autres. » *Centre de détention de Metro West, Floride*

« Je renforcerai la paix dans le monde en vivant, parlant et agissant pacifiquement dans ma propre vie. » *Centre de détention préventive, Trinité-et-Tobago*

« J’ai appris des techniques pour mieux communiquer avec les autres. » *Un participant originaire de Floride, États-Unis*



« Je continue d'apprendre, mais j'ai maintenant des outils pour mieux comprendre ma vie. » *Centre de détention de Metro West, Floride*

« La compréhension de ce qu'est vraiment la vie. La compréhension que je suis comme je suis. Ce sont des enseignements que je n'oublierai jamais. Je vais m'en souvenir absolument chaque jour. » *Prison de Caxias, Espagne*

« Quand je lis les écrits de Prem Rawat, cela m'aide beaucoup, surtout dans les moments les plus difficiles, je trouve toujours la réponse. » *Prison d'Almeria, Espagne*

« Pour aller de l'avant, je garde en moi beaucoup de choses précieuses de cette formation. Je vous remercie beaucoup pour ce merveilleux cadeau qui m'a été offert. » *Prison d'Alicante, Espagne*

7. Exprimer sa gratitude

De nombreux participants ont exprimé leur reconnaissance pour le Programme et la façon dont cela les a aidés.

Quelques-uns des commentaires :

« Je tiens à remercier la Fondation Prem Rawat pour tout ce que j'ai retiré de ce programme et je vous souhaite de continuer à transformer la vie des autres. » *Centre de détention de Metro West, Floride*

« J'aimerais remercier tous les coordinateurs et toutes les personnes qui ont pris de leur temps précieux pour venir nous apprendre quelque chose. Non seulement pour qu'on l'apprenne, mais aussi pour qu'on l'applique dans notre vie. Qu'Allah vous récompense par le bien. » *Prison de Trinité-et-Tobago*

« Je suis heureux et reconnaissant dans mon cœur pour ce programme de paix, car j'ai trouvé la vraie paix en moi-même. » *Prison de Trinité-et-Tobago*

« Je tiens à remercier les bénévoles, car ici, on est persécutés par de nombreux démons et de nombreuses peurs. Et les bénévoles m'ont aidé à les bannir. » *Prison d'Almeria, Andalousie, Espagne*

« Je voudrais exprimer ma profonde gratitude pour cette opportunité. » *Prison de Littlehey, Royaume-Uni*

« Je voulais juste vous remercier de m'avoir donné une autre perspective sur la vie. » *Prison d'Alicante, Espagne*

« Les ateliers que j'ai suivis m'ont beaucoup émue et je me sens chanceuse. Merci beaucoup à cette équipe de professionnels qui nous présente ce message. » *Prison d'Almeria, Andalousie, Espagne*



« Ma famille et ma liberté, je les prenais comme allant de soi. Et maintenant que les deux m'ont été retirées, je veux les récupérer. Je n'appréciais pas vraiment ma famille ni ma liberté, mais maintenant je les apprécie. Et je remercie ces bénévoles aimables et généreux d'être là et d'avoir essayé de m'aider. » *Centre de justice pour mineurs Henry Wade, Dallas, États-Unis*

6.3 Progrès et améliorations notés par les participants et les participantes

Comme indiqué au paragraphe 5.3, 89 % des personnes interrogées constatent une amélioration dans au moins un des domaines évalués. Pour certaines d'entre elles, il s'agit de petits changements progressifs, mais la majorité fait état d'un changement en profondeur. Ci-dessous leurs commentaires :

Progrès

« Certaines choses, pour lesquelles j'avais besoin d'aide, ont changé. » *Prison de Thameside, Royaume-Uni*

Changements en profondeur

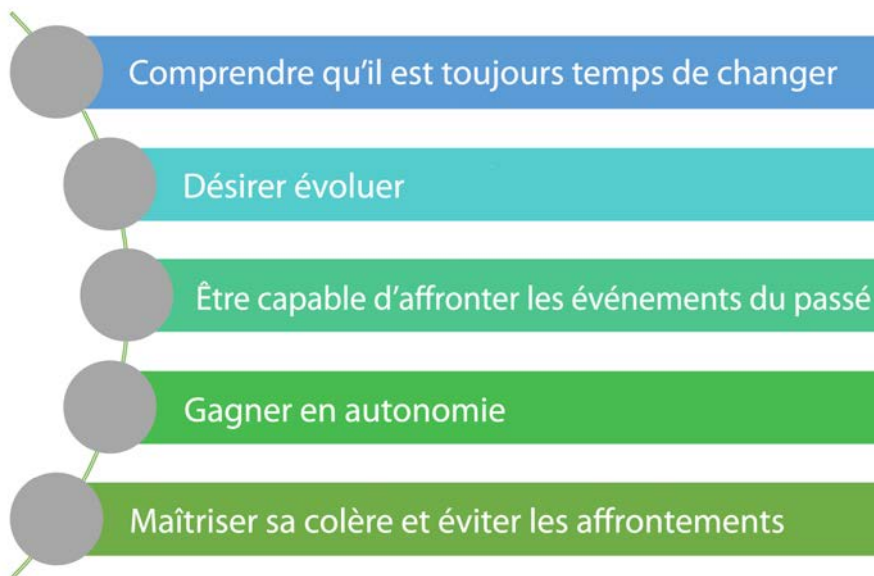
« De chenille, je suis devenue papillon, et j'en suis très reconnaissante. » *Prison d'Almeria en Andalousie, Espagne*

« Pouvoir changer d'attitude a été très rafraîchissant. » *Prison de Littlehey, Royaume-Uni*

« Ça a changé ma vie et ma façon de penser. » *Prison de Caxias, Espagne*

Analyse thématique des changements signalés

Le diagramme ci-dessous illustre cinq facettes des changements signalés :



Ces changements sont détaillés ci-dessous :

1. Comprendre qu'il est toujours temps de changer

Certains participants comprennent qu'il est possible de s'améliorer :

« Peu importe le mal que j'ai pu faire dans le passé, le Programme m'a fait prendre conscience qu'il est encore temps pour moi de m'améliorer. » *Prison de Golden Grove, Trinité-et-Tobago*

« J'ai compris ce que je dois faire pour ne plus jamais récidiver. » *Prison de Sa Majesté, Leeds, Royaume-Uni*

2. Désirer évoluer

Les participants indiquent que le Programme leur a ouvert la possibilité et l'envie de changer. Ci-dessous leurs commentaires sur ce sujet :

« Il y a deux choses que je voudrais changer en moi. La première concerne la dignité : je veux arrêter de me dévaloriser et apprendre à me respecter. Et la seconde concerne l'ignorance qui a assombri le cœur et l'esprit des hommes. » *Prison de Trinidad-et-Tobago*

« J'ai une totale confiance dans ce programme, et je suis persuadé que nous pouvons tous nous améliorer. » *Prison de Malgrat de Mar, Espagne*

« Cela m'a amené à me voir d'un œil neuf et à allumer en moi une lumière, car je sais maintenant que je peux me transformer. » *Prison de haute sécurité de Rhode Island, États-Unis*

3. Être capable d'affronter les événements du passé

Quelques participants déclarent que le Programme leur a permis de regarder en face les situations et problèmes rencontrés dans leur passé :

« Le Programme m'a permis d'identifier les vrais problèmes qui affectent ma vie, et d'y travailler. » *Prison de Port d'Espagne, Trinité-et-Tobago*

« Si je continue à suivre l'enseignement de Prem Rawat sur la paix, cela m'aidera, je pense, à faire face aux événements passés que je n'ai pas pu résoudre. » *Prison de Trinité-et-Tobago*

« Ma situation et mes priorités se sont clarifiées. » *Centro Civico de Sant Oleguer de Sabadell, Espagne*

« Je regrette qu'il n'y ait pas plus de formations de ce genre ; si on nous avait appris ce qu'on sait maintenant, on aurait probablement évité de nombreux problèmes. » *Prison d'Alicante, Espagne*

4. Gagner en autonomie

Le Programme a permis à certains des participants de se sentir capables de changer :

« Ce que je ressentais après chaque atelier m'a beaucoup plu. J'aime aussi écouter Prem parler, je me sens plus fort. » *Prison de Trinidad & Tobago*

« J'ai beaucoup appris, et j'ai gagné en clarté et en autonomie. » *Centre de détention Metro West, Floride*

« Quand je suis arrivée en prison, j'ai touché le fond et j'ai sombré dans la dépression... Je ne savais pas comment m'en sortir... En écoutant Prem Rawat, j'ai commencé à ressentir les choses, et ça m'a tellement touchée que j'ai trouvé un élan et la force dont j'avais besoin pour refaire surface. Et maintenant, même en prison, je me sens libre ! » *Centre Pénitentiaire, Almeria, Espagne*

« Cette mauvaise expérience de la prison m'a permis de voir où se situait mon problème : il est en moi. C'est peut-être difficile à croire, mais j'en remercie l'univers, car cela m'a permis d'accéder à la paix dont j'avais besoin. » *Prison de Caritas, Ibiza, Espagne*

5. Maîtriser sa colère et éviter les affrontements

Un autre atout du Programme d'éducation pour la paix consiste à aider les détenus à gérer leur colère et à éviter les tensions et bagarres :

« En prison, si quelqu'un vous énerve, contrôlez-vous et éloignez-vous. » *Prison de Golden Grove, Trinité-et-Tobago*

« L'autre jour, un gars me cherchait querelle. Avant, je n'aurais pas hésité à sortir mon couteau. Avec le Programme, je me suis ancré en moi et lui ai demandé : "Qu'est-ce qui t'arrive bonhomme ? Tu as besoin d'un câlin ou quoi ?" Ça l'a saisi, et le problème s'est réglé tout seul. » *Établissement pénitentiaire des Everglades, Floride, États-Unis*

« J'ai été mêlé à de nombreuses bagarres depuis que je suis là... C'est pour cette raison que je suis venu à vos ateliers, et j'ai appris à tenir ma langue, à garder mes mains dans mes poches et à me taire, même quand on me provoque. Cette formation m'a permis d'évaluer une situation, aussi grave et agressive soit-elle. » *Prison de Trinité-et-Tobago*



6.4 Contenu et style de la formation

Les sujets et thèmes des ateliers ainsi que la manière dont la formation est animée ont trouvé un écho très positif auprès des détenus, comme le montrent ces commentaires :

« J'ai apprécié les documents distribués sur les différents thèmes, ainsi que les vidéos et l'attitude chaleureuse des animateurs. »

« J'ai aimé les histoires que M. Prem raconte. »

« Le style de présentation de Prem m'a beaucoup plu. »

« Ce qui m'a plu, c'est que ce n'était pas un enseignement religieux. »

« J'ai apprécié les moments consacrés à la réflexion, ainsi que les présentations vidéo qui nous permettaient de rester attentifs. »

« J'ai adoré regarder les vidéos. »

« Pour moi, c'est parfait. »

« Les vidéos étaient excellentes, et les animateurs ont très bien présenté le contenu. »

« C'était tellement concret et dynamique ! »

« C'était trop court ; s'il y avait vingt ateliers de plus, je les suivrais ! »

ANNEXES

Annexe 1

Exemple du formulaire complété par les participants et les participantes pour évaluer le Programme d'éducation pour la paix

Questionnaire

À remplir à la fin de la dernière séance.

Nous vous remercions de prendre le temps de remplir ce questionnaire. Vos réponses (qui resteront confidentielles) aideront à améliorer le Programme d'éducation pour la paix (PEP). Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse.

1. Il s'agit d'évaluer les changements que vous observez, après avoir suivi les ateliers du PEP, dans votre façon de voir les choses, la compréhension de vous-même et de votre vie. Merci de vos réponses !

Sur une échelle de 1 à 5, notez ce que vous pensez des propositions suivantes :
1 : pas du tout d'accord ; 2 : pas d'accord ; 3 : je ne sais pas ; 4 : d'accord ; 5 : tout à fait d'accord.

Avant l'atelier	Proposition	Après l'atelier
1	Je me rends compte qu'il est possible de ressentir la paix dans ma vie.	4
2	Je comprends qu'apprécier la vie et m'en réjouir sont quelques-unes des ressources que je possède.	5
1	J'ai conscience de posséder une force intérieure sur laquelle je peux m'appuyer.	4
4	J'ai compris qu'en connaissant ma force et mes ressources intérieures, je peux vivre de manière plus consciente.	5
3	Je sais que la clarté est l'une de mes richesses intérieures qui peut m'aider au quotidien.	5
1	Je comprends la différence entre croire et savoir par expérience.	3
3	Je reconnais la dignité d'être en vie, indépendamment des circonstances.	3
5	J'ai conscience d'avoir, au quotidien, le pouvoir et la liberté de faire des choix qui auront une influence sur mon bien-être.	5
2	Je comprends que l'espoir est l'une des ressources intérieures qui peut m'aider dans les moments difficiles.	4
1	Je me rends compte qu'il est possible d'être comblé.e, quoi qu'il se passe dans ma vie.	5



Annexe 2

Présentation d’Ace Insights

Ace Insights est une société d’études de marché, indépendante de TPRF, établie à Kerikeri en Nouvelle-Zélande.

Ace Insights est dirigée par Donald Sheppard, un professionnel chevronné, qui a plus de trente ans d’expérience dans l’exécution, l’analyse et la rédaction d’études de marché.

Il a travaillé pour plusieurs grands cabinets d’études en Nouvelle-Zélande, tels que Nielsen NZ, Colmar Brunton et Kantar, avant de créer Ace Insights en 2019.

Son expertise couvre de nombreux secteurs d’activité, notamment les services financiers, les télécommunications, l’industrie, les médias et la fonction publique.

Parmi ses compétences : la conception de questionnaires, la gestion de terrain, la conduite de groupes de réflexion, les entretiens managériaux, l’analyse, la communication et la présentation des résultats.

Son expérience s’étend à de nombreux secteurs :

- Expériences clients et utilisateurs
- Enquêtes sur la motivation et l’engagement des employés
- Études de marques et de communication
- Évaluation de nouveaux produits
- Modélisation des prix
- Programmes en recherche sociale
- Projets de segmentation

En Nouvelle-Zélande, ses compétences sont reconnues par toute la profession. Il a reçu, en 2016, le Prix d’excellence Platinum de l’étude de marché pour ses travaux sur l’expérience clients. Il a également enseigné ces sujets à l’Université de technologie d’Auckland.

Pour consulter le site internet de Ace Insights : <https://ace-insights.business.site>

