

# **Résumé de la conférence ILERI EXCHANGE animée par Malika Elkord journaliste au Nouvel observateur membre de l'association française de Communication Non-Violente**

## Bibliographie indicative:

“Parler de paix dans un monde de conflits” Marshall Rosenberg.

“Cessez d'être gentil soyez vrai” Thomas d'Ansembourg

Marshall Rosenberg est le fondateur de la CNV dans les 1960's.

Il se tourne vers les travaux de Karl Rogers et étudie la communication à travers un dialogue sans préjugés.

C'est donc une méthode reposant sur la bienveillance où chacun a pour objectif le bien-être de l'autre. De plus, les être humains sont considérés comme des sujets ayant des besoins communs et universels, il s'agit donc de communiquer autour de ces mêmes besoins d'amour, de tolérance...

C'est aussi un langage particulier dans la mesure où l'on réfléchit réellement à la manière d'aborder le sujet de conflit. Notamment vis-à-vis de faits clairs et non-soumis à interprétation.

Néanmoins accepter la caractère non-miraculeux de la CNV semble également un préalable pour bien la faire fonctionner.

## Le modèle de CNV repose sur 4 étapes :

L'observation de la situation et énonciation de faits concrets et précis sans préjugés ni jugement. Pas de termes vagues et flous (“toujours, jamais”).

L'analyse des sentiments (lesquels sont présents dans les parties en conflit ?)

L'identification des besoins de chacun (et notamment leur reconnaissance mutuelle).

La Formulation d'une demande, d'une amorce de dialogue.

Le résultat, que l'on pourrait voir comme un compromis, n'est pourtant pas une concession même s'il s'agit peut-être de limiter le plaisir immédiat. Le besoin de l'un ou de l'autre peut-être différé, mais non définitivement effacé.

Néanmoins cela nécessite un effort d'adaptation pour chaque situation et de proposition de solutions particulières.

De plus face au refus, la reformulation à travers l'empathie (en touchant le besoin profond de l'autre), transforme la situation et le retour de la personne en face de soi. Car bien souvent les besoins sont similaires mais contradictoires dans la forme. Le dialogue doit donc s'ancrer de plus en plus vers les besoins fondamentaux.

On ne cherche donc pas non plus à savoir qui a tort ou qui a raison dans la CNV pour ne pas arriver à une forme de communication sans réelle avancée.

Enfin, la clarté vis-à-vis de ses propres besoins est essentielle pour se rendre compte de l'existence d'une multiplicité de stratégies pour y répondre.

Mais la CNV ne se limite pas à l'expérimentation d'une communication apaisée entre deux personnes, et donne des résultats concrets.

Dominic Barter a par exemple expérimenté la CNV de groupe à travers une expérience dans les favelas. Des espaces beaucoup plus importants qu'une relation bilatérale caractérisés par des grandes possibilités de développement.

Avec sa théorie des cercles restauratifs et de la justice restaurative (qui au lieu de procéder à des punitions impersonnelles et automatiques, légales, constitue un dialogue entre l'offenseur et l'offensé) on reconnaît alors des thèmes qui touchent particulièrement l'un ou l'autre en fonction des propres histoires individuelles. Les deux individus sont non-seulement face à face mais également responsables de la reconstruction du lien de la communauté qu'ils représentent. Grâce à cette expérience, des liens sociaux se reconstruisent et une micro société émerge, qui prend conscience du fait qu'elle peut fonctionner autrement que dans la fatalité des gangs et de la drogue.