



Un outil précieux pour l'Avocat dans les MARD

La Communication Non Violente

25 janvier 2019

Atelier animé par

Catherine EMMANUEL, Médiatrice DE certifiée CNV, Formatrice

Me Guylaine LANG-CHEYMOL, Avocate Médiatrice au barreau de Montpellier

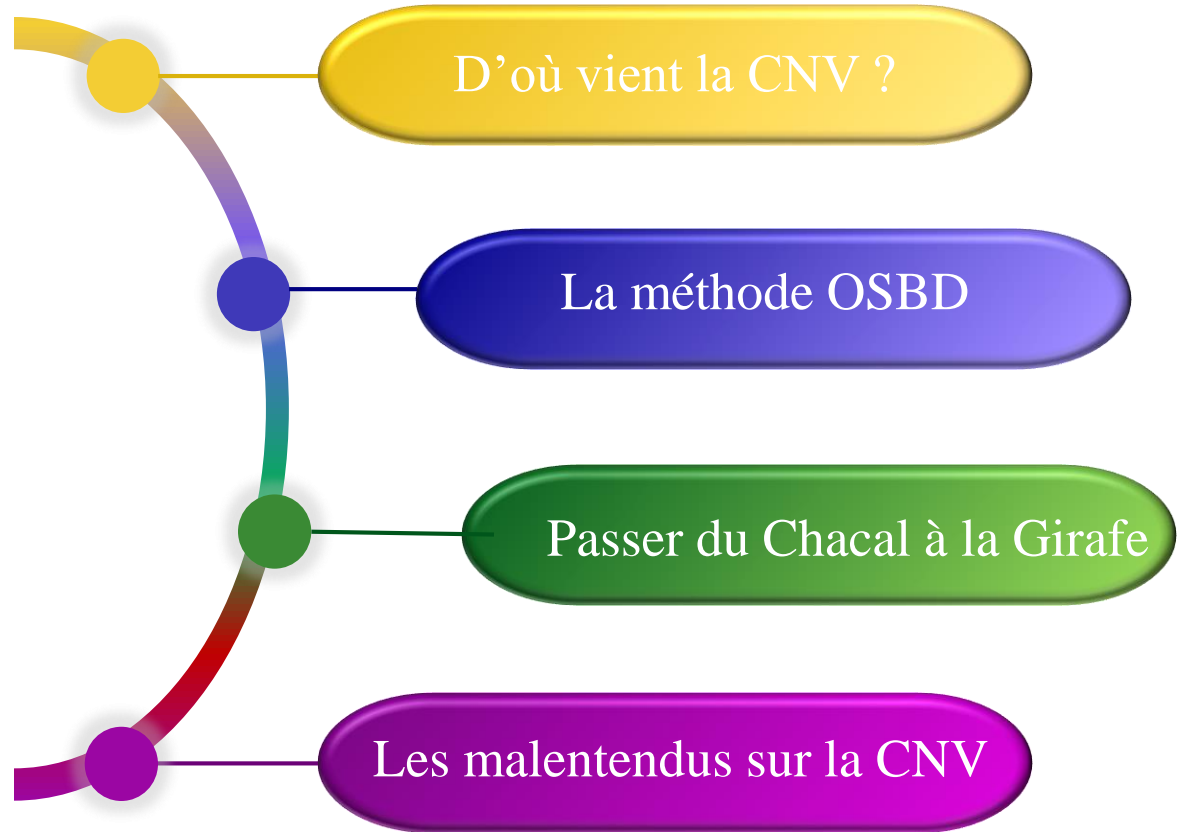
Me Marie-Pierre LAZARD, avocate Médiatrice au barreau de Nice

« Connect before Correct »



La Communication Non Violente

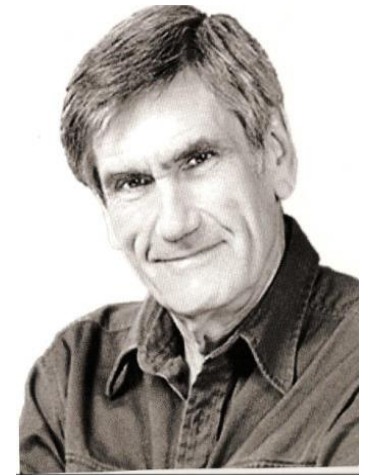
« Tout jugement est
l'expression tragique
d'un besoin
insatisfait »





D'où vient la CNV ?

- La CNV est un concept créé dans les années 60 par Marshall Rosenberg, psychologue américain et médiateur international (1934-2015)
- Une enfance à Détroit
- Une croyance
- Deux questions
- La rencontre avec Carl Rogers
- « Le but de la CNV n'est pas d'obtenir ce que nous voulons mais d'obtenir un lien humain qui permettra à chacun de voir ses besoins satisfaits. C'est aussi simple et complexe que cela »



Les
maientendus
sur la CNV

Passer du
Chacal à
la Girafe

La méthode
OSBD

D'où vient la
CNV?



La méthode OSBD

Pour passer de la causalité horizontale à une **causalité verticale**,
du *Tu* accusateur au *Je* responsable :

1. **Observation** des faits qui interpellent la personne :

« *Qu'avez-vous vu ?... Qu'avez-vous entendu ?
Qu'avez-vous fait ?... Qu'avez-vous dit ?...* » ;

2. **Sentiments** stimulés par les faits :

« *Qu'est-ce que ça vous a fait ?... Comment vous êtes-vous senti ?...* » ;

3. **Besoins** liés à ces sentiments (à distinguer des stratégies) :

« *De quoi auriez-vous eu besoin ?...* » ;

4. **Demande négociable** (à ne pas confondre avec une exigence) :

« *Comment l'autre pourrait contribuer à...?* »



Reformuler les messages à risque en CNV

Si la personne s'exclame

(une Maman à la Directrice de l'école primaire de sa fille) :

« *Ma fille se fait harceler dans votre établissement !*

J'exige que l'enfant qui harcèle ma fille soit puni sévèrement !!

Sinon je porterai plainte contre vous !!! »

Les
maientendus
sur la CNV

Passer du
Chacal à
la Girafe

La méthode
OSBD

D'où vient la
CNV?



Reformuler les messages à risque en CNV

Les
maientendus
sur la CNV

Passer du
Chacal à
la Girafe

La méthode
OSBD

D'où vient la
CNV?

1. Faits : *« Madame la directrice, cela fait trois fois cette semaine que ma fille rentre de l'école, me dit qu'un garçon de sa classe l'embête dans la cour au point d'avoir baissé sa jupe et sa culotte à plusieurs reprises et que la maîtresse, à qui elle s'en est plainte, lui a demandé de ne pas en parler devant les autres enfants et de rester dans la classe pendant la récréation » ;*

2. Ressenti : *« Je me sens inquiète pour ma fille et en colère de penser que rien n'a été fait si ce n'est la réduire au silence et l'isoler de ses camarades ;*

3. Besoin : *« J'ai besoin d'être sûre que ma fille est en sécurité et épanouie à l'école » ;*

4. Demande négociable : *« Est-ce que nous pourrions nous rencontrer pour en discuter ? »*



Passer du Chacal à la Girafe

- Les maientendus sur la CNV
- Passer du Chacal à la Girafe
- La méthode OSBD
- D'où vient la CNV?



J'ai le choix de voir tes reproches comme une attaque dirigée contre moi ou comme une opportunité de comprendre ce qui se passe pour toi.

cnv-apprentiegirafe.blogspot.com





Passer du Chacal à la Girafe

➤ Les 4 pouvoirs de la girafe :

- 1) Connexion
- 2) Expression
- 3) Ecoute
- 4) Correction

➤ Les 2 vertus du mode girafe :

- 1) Eviter les 5 attitudes de Porter
- 2) Une meilleure assertivité dans l'authenticité et l'empathie

➤ Passer du Chacal à la Girafe, c'est passer d'un mode Réactif à un mode *Créatif* dans une voie de Conscientisation de l'élan vital qui nous traverse



Les Malentendus sur la CNV

Les
malentendus
sur la CNV

○ CNV ≠ langue / CNV ⇒ savoir-être

○ CNV ≠ ne pas être violent / CNV ⇒ intention positive

Passer du
Chacal à
la Girafe

○ CNV ≠ exprimer ses sentiments / CNV ⇒ distinguer sentiments et jugements larvés

○ CNV ≠ éviter les jugements / CNV ⇒ passer des jugements aux besoins

La méthode
OSBD

○ CNV ≠ exprimer ses besoins / CNV ⇒ distinguer Besoins fondamentaux et stratégies

D'où vient la
CNV?

○ CNV ≠ parler en message « je » / CNV ⇒ expression authentique + écoute empathique

○ CNV ≠ les autres d'abord / CNV ⇒ être d'abord girafe avec soi





A VOUS DE JOUER !





CAS PRATIQUE

(élaboré par Me Lazard)

SITUATION DE MONSIEUR devenu *MADAME*

Il subit la situation ayant généré ses démarches afin de changer de sexe ; il en souffre également de son côté et ne comprend pas qu'on puisse venir le lui reprocher.

Il ressent injustement le rejet de sa femme et de ses enfants à cet égard et envers sa personne.

Face à la réticence forte marquée par ses enfants, il s'est progressivement découragé, ce qui a induit une certaine distance entre eux et lui pendant les mois écoulés depuis la séparation de fait.

A présent, il souhaiterait pouvoir restaurer un lien avec eux. Dès lors, il devient plus revendicatif sur ses droits d'accès et veut obtenir un droit de visite et d'hébergement, au moins classique.

Il n'est pas opposé à ce que son épouse se maintienne au domicile conjugal puisqu'il s'agit d'une location et qu'elle la prend entièrement à sa charge.

Leur patrimoine immobilier se compose d'une part d'un bien acheté pendant le mariage, grâce à un apport propre de l'épouse, à savoir un chalet à la montagne, non loué, d'autre part d'un appartement acheté en défiscalisation (loi SCPELLIER) et impossible à mettre à la vente avant un délai de 4 ans restant à courir, afin d'éviter la restitution d'un crédit d'impôt auprès des services fiscaux : loyers payés par le locataire : 600 euros par mois ; frais restant à charge : 800 euros par mois, actuellement avancés par l'épouse.



CAS PRATIQUE (suite)

Il voudrait obtenir le droit de gérer ce patrimoine immobilier commun pour prendre la main sur leur sort, car son épouse, au prétexte qu'elle paye tout actuellement, le tient à l'écart de toutes décisions à ce titre.

Concernant les frais relatifs aux enfants : ayant été Salarié ingénieur depuis plusieurs années, actuellement au chômage de longue date et arrivé en fin de droits, il estime être dans une totale impécuniosité et donc ne devoir aucun soutien financier ni à son épouse, ni à ses enfants.

Il considère même que son épouse lui doit un devoir de secours actuellement, comme retour de ce qu'il a toujours payé pour elle lorsqu'il gagnait davantage qu'elle.

Il considère, en outre, qu'étant rejeté par ses enfants, et écarté de son autorité parentale conjointe, il ne se sent pas poussé à revoir son positionnement.

Concernant la question d'une prestation compensatoire souhaitée par son épouse, il estime que la disparité dans les ressources étant ce jour en sa défaveur, la question est hors sujet.



CAS PRATIQUE (suite)

SITUATION DE MADAME

Madame B est mariée depuis 20 ans, sous le régime de la communauté.

Elle est mère de deux enfants communs : Mathys et Théo, âgés de 16 ans et 9 ans.

Elle a découvert l'infidélité de son mari récemment et brutalement, par lecture de messages sur son smartphone.

Au cours d'une discussion houleuse avec son époux à ce sujet, celui-ci l'informe qu'il a décidé de changer de sexe et que les démarches, tant médicales que juridiques, sont d'ores et déjà en cours ; c'est la raison pour laquelle il fait une dépression depuis de nombreux mois.

Elle est effondrée, les enfants sont extrêmement choqués, et elle voudrait une réparation à ce titre.

Elle veut régulariser, dans les plus brefs délais, une requête en divorce. Elle accepte d'envisager une recherche de solutions amiables, du moins sur les mesures urgentes à prendre dans un premier temps, et veut bien envisager d'aborder les autres sujets plus globaux, si celles-ci sont réglées.



CAS PRATIQUE (fin)

Compte-tenu du fait que son époux ne travaille plus et se trouve en fin de droit de chômage et accessible au RSA et qu'il est défaillant dans le paiement des dettes communes (loyer, emprunts immobilier relatif à deux bien communs, crédits auto et à la consommation), comme dans la contribution aux besoins des enfants, elle a été contrainte, en sus de son métier habituel d'infirmière libérale, de donner des cours de tir à l'arc de manière fréquente pour compléter ses revenus.

Elle ne comprend pas que son époux, jeune et en pleine santé, ne recherche pas activement de travail et trouve normal de la laisser tout assumer actuellement.

A son traumatisme moral vient s'ajouter une insécurité financière pour faire face au quotidien actuel.

Concernant les années de mariage antérieures, elle estime avoir été pénalisée dans sa carrière lorsqu'elle a, sur projet de couple, réduit ses heures de travail à hauteur d'un mi temps pour pouvoir s'occuper convenablement des enfants en bas âge, pendant 8 ans, selon un projet de couple, et ce d'autant que son mari qui gagnait un salaire très confortable d'ingénieur, de 6000 euros par mois, aura des droits à la retraite bien supérieurs aux siens et voudrait obtenir une indemnisation pour cela.



BIBLIOGRAPHIE

- ✓ T. d'ANSEMBOURG, *La Paix, ça s'apprend !*, éd. Actes sud
- ✓ F. KELLER, *Pratiquer la Communication NonViolente*, InterEditions
- ✓ I. PADOVANI, *Mémento de la CNV*, www.communication.eu
- ✓ C. ROGERS, *Le développement de la personne*, Dunod
- ✓ M. ROSENBERG (entretiens avec Gabriele Seils),
Dénouer les conflits par la Communication NonViolente, Jouvence
- ✓ M. ROSENBERG, *Les mots sont des fenêtres ou des murs*, La Découverte



Merçi

« Devenons le changement que nous souhaitons voir dans le monde »

(Mahatma Gandhi)