



FABER & MAZLISH et ROSENBERG

Communication non violente – Communication Bienveillante

Maj : 07/2018

Marshall Rosenberg, psychologue, a élaboré dans les années 70, la Communication- Non-Violente, concept reposant sur la bienveillance et l'empathie.

La « Communication Non-Violente » (CNV) est une marque déposée, certifiant l'appartenance au courant de Marshall Rosenberg (à sa méthode et ses outils).

Dans sa lignée, d'autres concepts sont apparus, à l'exemple d'Adèle Faber et Elaine Mazlish, deux américaines universitaires, qui ont développé dans les années 80 une nouvelle approche de communication entre adultes et enfants : la communication bienveillante.

Principes du dispositif :

Ces approches consistent à accueillir les sentiments et les émotions négatifs de l'enfant en utilisant les mots justes, en trouvant des alternatives à la punition, en résolvant les conflits dans le calme et en apprenant à l'enfant à exprimer sa colère sans blesser.

En outre, elles permettent d'accueillir l'enfant tel qu'il est, avec ses émotions, positives comme négatives. L'enfant se sentant respecté, devient alors plus respectueux.

Ces différentes communications n'empêchent pas de fixer des limites. Néanmoins, l'autorité doit s'exprimer de façon respectueuse. Les conflits doivent être vécus de manière constructive.

Objectifs :

- Se faire obéir sans crier
- Mieux gérer les difficultés du quotidien
- Encourager l'autonomie
- Favoriser les relations de qualités
- Favoriser une ambiance apaisée

Mise en œuvre :

Méthode de communication en 4 étapes :

- observation : consiste à observer et décrire une situation de manière objective et sans jugement

- sentiment : Il s'agit de se centrer sur les sentiments en formulant ce que l'on ressent véritablement face à une situation

- besoin : L'enjeu est d'identifier le besoin caché derrière le sentiment. Le besoin peut être : la sécurité, l'intimité, la distraction, le repos ou encore l'autonomie.

- demande : consiste à formuler une action concrète, précise, réalisable et satisfaisant toutes les parties. Le dialogue, maintenu ainsi ouvert, favorise la coopération pour apporter une solution.

Le processus valorise la création du lien entre les individus, sa préservation étant considérée comme plus importante que le résultat obtenu.

Qu'est-ce que ça apporte aux enfants/professionnels/parents ?

Enfants :

- Développe la sensibilité
- Encourage l'autonomie
- Améliorer le respect envers l'autre
- Suscite la coopération
- Favorise le développement du cerveau
- Renforce l'estime de soi
- Aide à reconnaître et exprimer ses émotions sans blesser

Parents :

- (Re)Donne confiance en soi
- Résoudre les conflits du quotidien dans le calme
- Améliore les relations

Professionnels :

- Permet de donner des conseils aux parents
- Améliore les relations avec l'enfant et avec la famille
- (Re)Donne confiance en soi
- Permet de se faire obéir sans crier
- Permet d'exprimer sa colère sans blesser l'enfant

Force et faiblesse :

Force :

- Respect de l'enfant
- Prendre conscience de l'impact de ses paroles
- Relation de qualité

Faiblesse :

- mauvaises interprétations du principe qui peut occasionner l'absence de cadre
- Principe pouvant être culpabilisant pour ceux qui ne le pratiquent pas s'il n'est pas accompagné

Evaluation :

Des études scientifiques confirment que l'empathie participe au bon développement du cerveau des enfants.

Conditions de mise en œuvre / adaptation à vos structures :

Il est préférable que toute l'équipe utilise cette communication mais si tout le monde ne le souhaite pas, il est possible de l'utiliser individuellement.

Cette communication nécessite un accompagnement afin de travailler ses erreurs.

Pour aller plus loin :

Le site des pros de la petite enfance avec plusieurs articles sur le thème :

<https://lesprosdela petiteenfance.fr/bebes-enfants/psycho-pedagogie/education-bienveillante-etre-lecoute-des-tout-petits-et-de-leurs-emotions/faber-et-mazlish-des-outils-pour-soigner-le-dialogue>

Site des éditions du Phare sur lequel de nombreux livres sur l'éducation bienveillante sont présents :

<https://www.auxeditionsduphare.com/>

Le blog officiel des ateliers Faber et Mazlish : <http://www.ateliersfabermazlish.com/>

Un site riche en information et en outils, même s'il n'est pas adapté spécifiquement à la petite enfance : <http://www.lecoledemesreves.com/rubrique/education/>