déclic CNV & éducation

« Dans le cadre de la promotion de la santé et du bien-être, l'OMS (Charte d'Ottawa – 1986) identifie 10 compétences psychosociales qui permettent de développer la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. : avoir conscience de soi, avoir de l'empathie, savoir gérer ses émotions, savoir gérer son stress, savoir communiquer efficacement, améliorer ses relations interpersonnelles, avoir une pensée critique, avoir une pensée créative, savoir résoudre des problèmes, savoir prendre des décisions.

Exercer le métier d'enseignant ou de professeur c'est exercer un métier de relation, source de défis quotidiens pour soi au travers des rencontres avec les élèves, l'équipe et les relations avec les parents. Développer ces compétences psychosociales chez les adultes est donc indispensable à leur bien-être pour leur permettre de vivre la co-éducation dans les meilleures conditions.

Les objectifs de la formation

- *Identifier ce qui donne de l'énergie ou en puise*
- *Découvrir des ressources pour prendre soin de soi et de la relation*
- *Trouver des repères pour faire face aux situations relationnelles difficiles*

Cette formation est une sensibilisation. Elle permet une prise de conscience des effets des habitudes relationnelles, de découvrir le potentiel de la CNV au service des intentions éducatives, avec ses différentes applications. Même si elle donne des clés utilisables tout de suite, son intégration pour la transformation durable des habitudes relationnelles suppose un entraînement.

Les thèmes abordés

- *Comprendre le fonctionnement de nos émotions*
- *Reprendre responsabilité et pouvoir sur les situations professionnelles avec la conscience des besoins*
- *Formuler son point de vue avec clarté et authenticité*
- *Soutien mutuel et écoute empathique*
- *4 manières d'accueillir un message difficile*.*»*

Sandra LONGIN, Formatrice certifiée CNV

Sandra Longin se forme à la Communication Non Violente depuis 2009. Elle est inscrite dans le parcours de certification de l'ACNV depuis 2012 et pré-certifiée. Animatrice enfance-jeunesse, responsable de services puis directrice de l'éducation, elle possède 20 ans d'expérience professionnelle dans le domaine de l'éducation et du management.

La MGEN, au titre du développement des compétences psychosociales, partenaire de l'ESPE Centre Val de Loire dans le cadre de la formation des professeurs stagiaires et conseillers d'éducation stagiaires de l'académie, par le biais de monsieur François BRIERE (Délégué MGEN Loiret) a accepté de financer cette année 3 heures de sensibilisation à la Communication Non Violente pour trois groupes de stagiaires post Meef (un à Tours-Fondettes le 31 janvier, deux à Orléans Bourgogne les 17 janvier et 15 mars 2018). Nous les en remercions, car les témoignages suivants montrent que cette formation a été largement profitable.

Témoignages de 3 stagiaires post MEEF :

Comme je l'ai dit en fin de séance cette formation était très intéressante. Notamment pour les stagiaires sans expérience, je pense que ça permet de donner une autre vision de ce qui peut être fait un terme de relation avec les élèves. Et même pour quelqu'un comme moi qui pratique la communication non violente et qui se sent girafe dans l'âme, j'ai trouvé la formation très utile elle m'a permis de me confirmer que ce mode de communication était celui à privilégier avec les élèves et les personnes en général.
F.B, SVT Orléans

- Nous avons dans un premier temps été mis en confiance par une activité de lâcher prise pendant laquelle on a dû dire un peu de soi à des "inconnus"
- Nous avons ensuite progressivement complété une carte mentale en forme d'humain autour de la notion de CNV

Pour ce qui de mon petit cas personnel, j'étais déjà sensibilisé à la question et je me suis senti légitimé pour présenter à d'autres stagiaires et à mes collègues au lycée ce qu'était la CNV. Ce sujet interpelle et attire.

En sortant de la séance, nous étions nombreux à louer l'enthousiasme et le dynamisme de Mme Longin, très impliquée dans son propos.
Ce ressenti a d'ailleurs été verbalisé en fin de séance et à une exception près, tout le monde s'est déclaré un peu ou beaucoup convaincu.

Surtout, je crois pouvoir dire au nom d'une bonne part d'entre nous qu'il s'agit d'une expérience pertinente à reproduire.
Beaucoup de professeurs bénéficieraient d'un apprentissage de la CNV, ne serait que pour apprendre à décentrer leur perception de leurs émotions.
Ils pourraient également accroître leur capacité d'empathie vis à vis de leurs élèves.

En somme, cette expérience est, il me semble, pertinente et susceptible de prévenir des maladies et contribuer à réduire les tensions au sein des équipes ou plus largement des établissements.
B.C, Physique-Chimie, Tours-Fondettes

La communication, c'est comme le sport. Sa pratique régulière garantie un meilleur résultat. Pratiquer la communication non-violente régulièrement, c'est s'assurer d'un meilleur climat en cours. Même si le thème de la communication non-violente est un thème qui nous parait évident lorsque l'on entre dans le métier d'enseignant, le conflit étant l'écueil à éviter, il est cependant parfois difficile de l'éviter et s'il est évité, comment pouvons-nous/ devons-nous le comprendre?

Comprendre le conflit pour mieux le gérer, c'est ce que j'ai particulièrement apprécié dans l'intervention de Mme Longin qui nous a fait réfléchir sur notre comportement en partant d'une expérience à nous (l'un d'entre nous a été invité à partager une situation de conflit hors "école"). L'école est le lieu où la communication doit être encouragée et pratiquée. Mais nous faire prendre conscience que nous, enseignants, pouvons être maîtres de cette communication non-violente dans notre quotidien personnel c'est comme prendre conscience de son corps, de ses capacités. Être apaisé.e dans son quotidien c'est garantir un état d'esprit serein professionnellement.

La communication non-violente est un outil pour mieux se maîtriser d'abord. En se maîtrisant (ton, empathie, reconnaissance d'une erreur) on donne à l'autre un espace dont il se sentait exclu, espace qu'il revendiquait d'une façon dont la tournure pouvait devenir conflictuelle.
Pour moi, la CNV c'est se renforcer en tant que professeur.e, car elle développe notre écoute de l'autre.
I.DFT, Lettres, Orléans