

a tort? Qui a raison? », et d'entendre les besoins de chaque personne, puis de trouver un mode de fonctionnement qui permette la prise en compte des besoins de chacun.

Cette gestion positive des conflits s'applique à toutes les relations: les adultes avec les enfants, la gestion des conflits entre enfants et la gestion des conflits entre adultes. C'est un mode de relation entre êtres humains, au-delà des étiquettes d'âge et de statut hiérarchique. Elle apporte un autre regard sur la violence et est d'une grande efficacité pour désamorcer des situations de violence. Être dans une écoute empathique, face à des propos ou des comportements violents, permet de ne plus prendre les mots contre soi et d'entendre la souffrance derrière la violence. L'écoute empathique protège celui qui écoute, car il ne se blesse plus avec les mots, et a un effet apaisant très rapide pour celui qui est écouté, car il est entendu dans sa souffrance. « On ne nous apprend pas ça dans notre formation; si on apprenait ça, il y aurait beaucoup moins de dépression chez les profs », disait une enseignante lors d'une formation. Cette compréhension de la violence permet de sortir du cercle vicieux et sans fin de la violence, inhérente à notre système: souffrance, violence, punition, augmentation de la souffrance, augmentation de la violence, augmentation de la punition.

La CNV met aussi l'accent sur l'importance de nommer ce qui va bien. Nous l'expérimentons tous au quotidien: recevoir une appréciation, un remerciement sont des sources de bien-être, de confiance en soi, d'ouverture aux autres, d'énergie et de motivation, or nous en recevons et en donnons peu. Une appréciation avec la CNV a d'autant plus de puissance, qu'elle ne s'exprime pas en terme de jugement, comme dans nos habitudes – « Toi au moins tu es gentil et raisonnable, tu ne cours pas au bord de la piscine » –, elle s'exprime à partir de nos besoins satisfaits: « Quand je te vois faire l'effort de marcher au lieu de courir au bord de la piscine (fait), ça me rassure (senti-

ment), car j'aime vous voir jouer et vous savoir en sécurité en même temps (besoin). Merci pour ton attention à respecter ma demande de se déplacer en marchant. »

L'UTILISATION DE LA CNV À L'ÉCOLE

Pour les enseignants, l'application est à trois niveaux. D'abord, ils modifient leur manière d'être dans les relations aux élèves, parents, collègues, puis ils font évoluer leur pédagogie et développent des manières de transmettre, qui rendent l'élève beaucoup plus acteur dans ses apprentissages, et enfin ils mettent en place des moyens pour transmettre ces outils aux élèves et leur permettre de développer des compétences de savoir être.

Les enseignants de maternelle et de primaire, qui sont avec les élèves dans une continuité de relation tout au long de la semaine et pour qui l'éducation au vivre ensemble est plus présente, déploient beaucoup plus facilement toutes ces facettes en même temps. L'enseignant change sa manière d'être dans les relations: il remplace les jugements, les ordres, les généralités, par une expression authentique de ses sentiments et de ses besoins, avec des demandes; il offre une écoute empathique, là où avant il questionnait, conseillait, critiquait, jugeait ou punissait. Pour les conflits entre enfants, il utilise la médiation avec une écoute mutuelle des besoins de chacun et une recherche de solution en commun. Et les enfants apprennent, en la vivant, une autre manière d'être en relation. Il devient attentif au bien-être et à la prise en compte des besoins de chacun. Nommer ses émotions et ses besoins et écouter ceux des autres devient une évidence du quotidien pour les enfants.

Une enseignante en moyenne section de maternelle témoigne: « Tous les matins, en regroupement, chaque enfant s'exprime sur "comment il se sent": il vient coller une pastille sur une affiche qui représente ce sentiment. Il n'y a pas d'obligation de s'exprimer, l'enfant qui s'exprime essaie de dire à quel besoin ça correspond, s'il n'y arrive pas, le groupe peut l'aider. Autre temps fort, les "réunions de classes": dans un espace de parole codifié et repéré, une fois par semaine, nous réfléchissons tous ensemble (avec les petites sections qui ne dorment pas), à la question: "Comment faire pour être bien ensemble à l'école? Cette question se décline sous d'autres questions amenées par les enfants, qui deviennent au fur et à mesure les ordres du jour des réunions suivantes. Je reformule les idées des enfants en terme de "besoins" et nous cherchons les moyens les plus démocratiques et agréa-