

« Peut-on être vrai et heureux dans l'entreprise ? » La Communication NonViolente à l'usage de l'entreprise

1. CONTEXTE

Dans l'entreprise (comme dans la vie en général d'ailleurs), une grande part de l'énergie vitale de chacun est consacrée au besoin de sécurité nourri non par une attitude de confiance et d'élan, mais par une attitude de contrôle ou de protection.

Beaucoup d'énergie est ainsi consacrée à se faire valoir comme à se cacher, à prouver aux autres qu'on existe faute de la ressentir intimement ou à se fondre dans la masse à se défendre d'attaques ou à préparer des offensives, à s'enfermer dans des croyances et des préjugés, à éviter les conflits plutôt qu'à les vider, à maintenir des non-dits dans les placards, à contenir le couvercle de la cocotte minute des frustrations accumulées jusqu'à explosion ou implosion, à rivaliser au sein des équipes sensées travailler ensemble, à intriguer pour son avancement, etc.

Toute cette énergie est au fond perdue tant pour le bien-être de l'entreprise que pour celui de la personne car elle n'est pas consacrée à l'accomplissement de soi dans la synergie, au plaisir d'accomplir ensemble des choses nouvelles et difficiles, et à la créativité (ce qui pour l'entreprise consiste à créer des biens et des services, soit sa productivité).

2. OBJECTIF DE LA FORMATION

L'entreprise a donc tout intérêt à ce que les êtres humains qui la composent se connaissent bien, c'est à dire soient conscients du sens qu'ils veulent trouver à leur vie et donc de leurs motivations à s'impliquer dans telle activité ou fonction plutôt que telle autre, conscients de leurs talents réels comme de leurs limites sans inhibition ni forfanterie, qu'ils aient la capacité de dire et d'entendre non, d'expliquer les désaccords et d'accueillir celui de l'autre, d'éviter les situations qui pompent l'énergie créatrice et sapent la motivation comme les non-dits, les conflits non résolus, les bruits de couloir et les angoisses qu'ils véhiculent; qu'ils aient développé la capacité d'exprimer avec

aisance et sécurité intérieure leurs sentiments et besoins et d'écouter ceux des autres également avec aisance et sécurité intérieure.

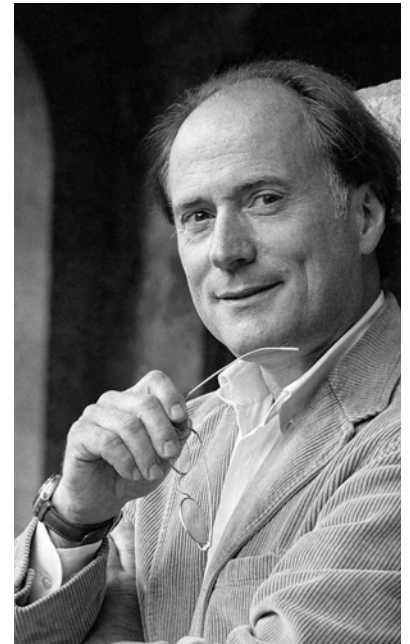
L'apprentissage de cette vraie connaissance et conscience de soi dans la relation à soi et à l'autre comme celui de l'intelligence émotionnelle font largement défaut dans l'éducation familiale et sociale de la toute grande majorité des individus, comme dans les formations scolaires et post-scolaires prodiguées par les écoles, petites ou grandes, ni par les universités.

Il y avait quelque chose à inventer pour le bénéfice de l'individu comme de l'entreprise : une formation stimulant la capacité individuelle à maximaliser ses propres ressources et à minimaliser ses dépenses.

Concrètement, cette formation a pour objectif d'aider les individus à apprendre à traiter efficacement colère, déception, frustration, doutes et deuils petits et grands... afin de revenir plus rapidement à un état de bien-être intérieur qui leur permette de se centrer d'avantage sur leur élan de vie, leur élan créateur (que celui-ci soit de diriger l'entreprise ou d'accomplir un travail de dactylo en conscience, c'est à dire dans la conscience de faire partie d'un projet et le plaisir de le servir).

Il s'agira notamment d'apprendre à :

- Exprimer son approbation ou sa désapprobation sans juger ni critiquer.
- Exprimer son désaccord sans attaque ni reproche : savoir dire non tout en indiquant ce à quoi on dit oui.
- Entendre le désaccord de l'autre sans ressentir de rejet ni d'agression : savoir entendre non en écoutant ce à quoi l'autre dit oui.
- Développer la capacité à exprimer ses besoins par des demandes claires et négociables plutôt que par des plaintes ou des exigences.
- Développer la capacité à entendre les besoins de l'autre même s'il s'exprime en plainte ou en exigence.
- Développer la capacité à valider la position de l'autre sans invalider la sienne.
- Développer la capacité et le plaisir de chercher ensemble des solutions gagnant-gagnant.
- Développer sa responsabilité par la transformation de « il faut, je dois, j'ai pas le choix ... » en « je choisis ... en acceptant toutes les conséquences pas forcément confortables de mon choix ».
- Accueillir les deuils qui naissent avec les choix.
- Clarifier que tout exercice de la liberté comporte des conséquences qui peuvent être contraignantes.



Thomas d'Ansembourg, Thérapeute, Formateur en Communication Non Violente, processus de Marshall Rosenberg, et auteur des best-sellers « Cessez d'être gentils, soyez vrai » et « Être heureux, ce n'est pas nécessairement confortable ».

www.thomasdansembourg.com

3. METHODE

Pratiquement, un module d'introduction à la Communication Consciente et Non Violente de deux jours, par équipe de travail de 20 à 30 personnes, "entretenu" par la participation régulière à un groupe de pratique animé (écoute empathique, non jugement, levée des croyances, préjugés et pensées binaires, débusquage des "il faut" contraignants voir coercitifs) au moins une fois par mois ou par deux mois, peut significativement transformer la "façon d'être", voir même l'art de vivre des participants et ainsi « contaminer » bénéfiquement l'entreprise. L'apprentissage de la Communication Consciente et Non violente est essentiellement pratique. Elle implique la participation des personnes et leur disponibilité à se remettre en question : échange, jeux de rôles, mise en situation alternent avec quelques exposés de compréhension de la méthode.

INTERVENANTS :

Thomas d'Ansembourg qui sera assisté par Mohamed Nasraddine Belfali.



Mohamed Nasraddine Belfali, Professeur du théâtre formé aux techniques de la Communication Non Violente par Thomas d'Ansembourg et Marshall Rosenberg. Il est aussi directeur fondateur du Cabinet CNV Maroc Consulting. <http://cnvmaroc.unblog.fr>