

LE CHEMIN DE LA FRUSTRATION VERS LA CONSCIENCE: LA COMMUNICATION NON-VIOLENTE (CNV) À L'USAGE DES BIBLIOTHÉCAIRES

par **Laurent Neury et Alina Darbellay**

DATE	Lundi 5 et mardi 6 novembre 2012
HORAIRE	9h00-16h30
LIEU	Bibliomedia Suisse, Lausanne

- OBJECTIFS**
1. Accéder à notre ressenti: identifier, nommer, accueillir, exprimer, communiquer ce qui se passe en nous.
 2. Expérimenter l'écoute empathique afin de mieux comprendre les visiteurs (surtout les jeunes).
 3. Développer la conscience afin d'identifier ce qui est négociable et ce qui ne l'est pas.
 4. S'exprimer d'une façon qui peut être entendue.

CONTENU

Jour 1

En premier lieu, un travail sur notre ressenti - acquérir une capacité d'identifier nos émotions et ses déclencheurs - nous amènera à une meilleure compréhension de nous-mêmes. Cette nouvelle conscience affective de soi (intelligence intra-personnelle) permettra également d'être mieux en lien avec les émotions de l'autre (intelligence inter-personnelle). Notre capacité d'écouter et comprendre l'autre sera augmentée par le travail sur les situations vécues. Nous nous exercerons à nous mettre dans la peau de l'autre afin de mieux comprendre ce qu'il ressent.

Jour 2

Nous allons nous exercer à identifier le dilemme face au stimulus (devant une incivilité, est-ce que je réagis ou j'attends ? quelle action devrais-je entreprendre?). En mettant la lumière, cas après cas, sur ce qui est négociable ou pas, nous augmenterons la légitimité de notre intervention, ce qui nous donnera davantage de confiance.

Nous pouvons alors nous exprimer en appliquant l'outil de la Communication Consciente basé sur les travaux de Marshall Rosenberg, le père de la Communication NonViolente.

SUGGESTION DE LECTURE

d'Ansembourg, Thomas (2001) Cessez d'être gentil, soyez vrais, Editions de l'Homme.
Filliozat, Isabelle (1997) L'intelligence du cœur, Marabout.

Rosenberg, Marshall (2005) Les mots sont des murs ou des fenêtres, Editions Jouvence.

Prix	CHF 380 pour les membres; CHF 460 pour les non-membres
-------------	---

www.ecoute-mce.ch