

# Communiquer avec empathie



Depuis cinq ans, l'école de l'Institution Saint-Stanislas de Nîmes pratique la communication bienveillante. Objectif : améliorer le climat scolaire en amenant élèves et adultes à centrer leurs échanges sur leurs besoins et sans jugement.

Éléonore Veillas

J'ai été confrontée à des formes de violences provenant de l'extérieur et qui venaient nous perturber à l'intérieur de l'école. J'étais démunie devant les problèmes de certaines familles, explique Brigitte Isselé, la directrice de l'école Saint-Stanislas de Nîmes. Je recherchais un outil pour rester sereine dans ces situations et mieux les appréhender. Cette responsable s'est alors tournée vers une approche inspirée de la communication non violente que le psychologue américain Marshall Rosenberg avait théorisée dans les années 1970. L'idée force, développée aujourd'hui par un de ses élèves, le formateur belge Erwin Tielemans, est de centrer la communication sur ses propres besoins en sachant entendre ceux de son interlocuteur, sans porter de jugement.

Brigitte Isselé s'est donc formée à la communication bienveillante avec une collègue de l'école, Géraldine Diot. Et cela a changé sa façon de fonctionner : « Je ne suis plus dans le schéma de pensée : l'autre a tort et moi raison. Répondre à l'agressivité par l'agressivité ne sert à rien. J'ai appris à prendre du recul et à identifier où se trouvait le problème. »

La démarche propose quatre étapes : observer sans juger et sans interpréter ; identifier ce que l'on ressent ; puis, à partir de ce sentiment, prendre conscience de ses besoins pour adresser une demande à l'autre claire et précise. Cela s'apprend.

Leur diplôme de formatrice en poche, les deux enseignantes ont présenté les bases de cette communication à une trentaine d'adultes de l'établissement (dont des personnels Ogec), lors de journées de formation, puis initié leurs élèves en s'appuyant sur les cahiers pédagogiques de l'association Passeport pour la vie (voir encadré). Prendre conscience de ses besoins, apprendre à dire non ou à dire merci sont quelques-uns des seize thèmes abordés dans ces cahiers.

## Une formation proposée à tous

En CM2, Géraldine Diot anime chaque semaine un atelier. « Les quatre étapes de la communication bienveillante doivent devenir un automatisme. Les élèves entrent alors dans la méthode et savent l'utiliser à bon escient », observe Géraldine Diot qui applique aussi la démarche dans sa classe de CP.

En petite et moyenne sections, les enseignantes s'y sont aussi mises, mais différemment, à partir de la littérature enfantine. « Nous voulons que nos élèves arrivent à repérer leurs émotions et qu'ils apprennent à mettre des mots dessus. Nous utilisons le langage du corps en passant par le mime ou le dessin », explique Brigitte Montagnier, enseignante en

moyenne section. Si Brigitte Isselé constate que l'expérience a déjà opéré un changement dans l'établissement (entre enseignants mais aussi entre élèves, entre enseignants et élèves, entre enseignants et parents), elle estime que la démarche est à la fois exigeante et sécurisante au quotidien. C'est toute la communauté éducative qui s'en trouve renforcée.

À leur tour les parents ont souhaité se former. Depuis trois ans, une quarantaine d'entre eux se sont impliqués dont Fabienne Ferris, maman d'un élève de grande section qui confie : « Je suis plus à l'écoute des besoins de mon enfant et il y a une cohérence entre ce qu'il entend à l'école et à la maison. »



Séance de communication bienveillante en CM2.

Au collège, certains professeurs se lancent à présent, et l'an dernier Brigitte Isselé et Géraldine Diot ont été appelées « en renfort » au lycée pour apprendre aux adolescents à établir des liens fraternels entre eux, afin de favoriser la communication et envisager sereinement la classe de terminale.

**Se former, une nécessité.** En 2014, Brigitte Isselé et Géraldine Diot, deux enseignantes de l'école nîmoise Saint-Stanislas, et Pierre Allart, ancien directeur diocésain du Gard, fondent l'association Passeport pour la vie – Gard, avec le soutien des Lions Clubs. Il existe sept associations identiques en France dont l'objectif est de former à la communication bienveillante, en priorité les enseignants et les membres des communautés éducatives. Depuis 2017, celle de Nîmes est devenue organisme de formation, inscrit au catalogue de Formiris. EV

➔ [pplv.nimes30@yahoo.fr](mailto:pplv.nimes30@yahoo.fr). Tél. : 04 66 67 54 82. Site : [www.pplv-france.org](http://www.pplv-france.org)