

Qu'est-ce que la Communication non violente ?

Arun Manilal Gandhi petit-fils du Mahatma, la définit comme un art du dialogue fondé sur l'empathie et l'authenticité. *La Communication non violente* est le rêve de Marshall Rosenberg (1934-2015), psychologue, auteur et enseignant de cette méthode de communication qu'il a imaginée et pratiquée. Sa recette comporte quatre ingrédients. Premièrement, l'observation : avec neutralité, sans juger. Deuxièmement : l'expression de son sentiment, impliquant de s'écouter sincèrement. Troisièmement : l'identification du besoin que cache l'émotion. Enfin : demander, en considérant ses besoins comme ceux de l'autre, à être entendu et respecté.

Apprendre ce nouveau langage est tant un défi qu'une chance de créer des relations responsables et aimantes – pour reprendre la métaphore de Marshall Rosenberg : *ouvrir des fenêtres dans les murs d'incompréhension qui nous séparent.*



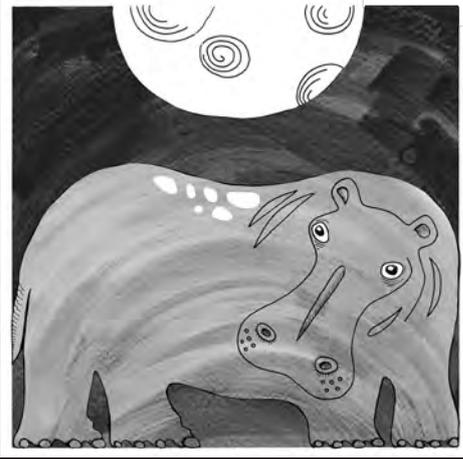
Ce livre de contes met en scène et explore cette méthode de communication.

Son décor : La savane africaine, son baobab, ses proverbes et ses habitants facétieux.

Deux personnages principaux : Un Chacal et une Girafe. Chacun est emblématique de la *Communication non violente*. Le premier incarne l'impulsivité. Chacal agresse le premier, se laisse emporter par ses émotions, dépasser par ses paroles, submerger par ses pensées. Il est seul. La seconde est un modèle de sagesse. Girafe sait observer, elle est réfléchie, douce et distante. Elle semble sérieuse mais adore rire en vérité. La tête dans les cimes d'acacias, elle aussi est seule.

Une cohorte de personnages secondaires : Calao, Tortue, Panthère, Fourmi, Suricate, Porc-épic, Araignée, Hippopotame, Ratel et d'autres encore qui ont leur mot à dire !

Une quête : Chacal cherchant avec peine de l'amitié.



CONTES DE CHACAL ET GIRAFE

AU SOMMAIRE

Après quoi court Chacal ?

Chacal cherche Amour

Où Tortue nous apprend que le tort ne tue pas

Girafe a été petite

Chacal a été amical

Tel fut puni qui croyait récompenser

Gri-gri Grillon, reformulons !

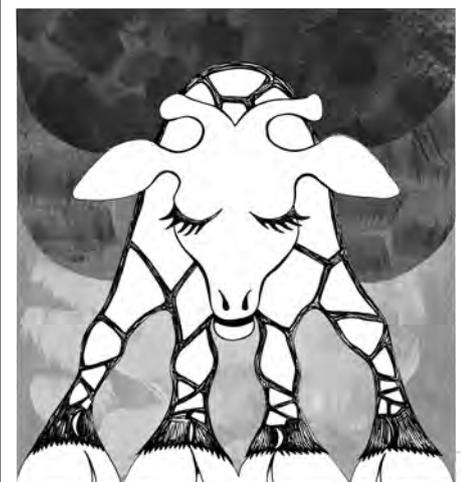
Cent sentiments et sans sentiment

Il est dur d'être Girafe

Qui que quoi comment Chacal ?

Le jeu de l'amitié

Entre Chacal et Girafe, ce que tissa Araignée



Contes de Chacal et Girafe, inspirés de la *Communication non violente* de Marshall Rosenberg écrit et illustré par Ritournelle www.ritournelle.cloud

Lecture accompagnée dès 7 ans, lecture autonome dès 8 ans
102 pages illustrées en N&B, format fermé 15 x 15 cm
Impression certifiée écologique par l'imprimerie Villière en Haute-Savoie

12 € * ISBN 978-2-9576324-9-7