

J. CROUZILLAC avec M. MERY et L. COMBALBERT

PETITS MAIS COSTAUDS !

REDONNER CONFIANCE
À NOS ENFANTS

Préface de PATRICIA CHALON, *ENFANCE MAJUSCULE*



La méthode des meilleurs négociateurs pour que nos enfants s'affirment sans agressivité.

esf
EDITEUR

J. CROUZILLAC avec M. MERY et L. COMBALBERT

PETITS MAIS COSTAUDS !

REDONNER CONFIANCE
À NOS ENFANTS

Préface de PATRICIA CHALON, *ENFANCE MAJUSCULE*


esf
EDITEUR

« Il reste toujours quelque chose
de l'enfance, toujours... »

Marguerite Duras

Avant-propos

En 2016, les Français Laurent Combalbert, ancien négociateur du RAID, et Marwan Mery, négociateur professionnel fondent, au côté de Julie Cruzillac, l'association ADN Kids!.

Leurs expériences sur le terrain et leurs parcours jalonnés de négociations à forts enjeux leur ont permis de comprendre mieux que quiconque que le facteur humain –mouvant et imprévisible– est souvent celui qui fait basculer une situation. Au fil des missions aux quatre coins du monde, ils ont acquis la certitude que la négociation est une discipline qui pacifie les relations entre les êtres et qui permet de créer de la valeur à partir d'un conflit. C'est donc naturellement qu'ils se sont engagés pour transmettre aux plus jeunes et au plus grand nombre les rudiments de la négociation.

L'initiative ADN Kids!, unique en son genre, œuvre depuis quatre années auprès des écoles partout en France pour former les enfants du CE1 à la terminale aux notions clés de la négociation : la gestion des émotions, l'identification d'un problème, la gestion du conflit, le négociable et le non-négociable et enfin la confiance en soi.

La négociation n'est alors pas perçue comme une discipline permettant aux uns de l'emporter sur les autres, mais plutôt comme un levier pour faciliter les échanges, communiquer autour des désaccords et gérer les conflits. À travers cinq notions clés, les auteurs partagent leurs méthodes et techniques de professionnels. Adaptées aux enfants, elles leur permettent de faire face aux situations de violence, aux conflits et au harcèlement, notamment en leur apprenant à répondre et à réagir de manière appropriée, mais aussi en les faisant travailler sur la confiance en eux, l'optimisme et le collectif.

C'est le référentiel de négociation PACIFICAT®, créé par Marwan Mery et Laurent Combalbert, les fondateurs de l'Agence des négociateurs (ADN), qui a été adapté pour les enfants. Utilisé dans le monde entier par plus de 500 entreprises et par les diplomates de l'ONU, ce référentiel a permis de résoudre des centaines de situations critiques.

L'Association ADN Kids !

en quelques mots

Depuis quatre années, des milliers d'enfants ont été formés et les résultats sont plus qu'encourageants: le double volet « être capable de traiter immédiatement une situation de tension » et « nourrir de manière plus durable la confiance en soi » nous montre que c'est la bonne façon de traiter le sujet et que les enfants gagnent en sérénité. Donner l'opportunité aux nouvelles générations de s'approprier les notions clés grâce à la négociation permet aux plus jeunes de changer de regard sur le conflit et faire que la violence ne soit pas une fatalité.

- 4400 enfants formés
- 180 bénévoles
- Antennes dans cinq pays : Angleterre, Belgique, Émirats arabes unis, Maroc, Suisse
- Partenaires de :
 - Croix-Rouge internationale
 - Enfance Majuscule
 - Institut de l'Engagement
 - Ville de Paris

Plus d'informations : adn-kids.com

Préface

Bien sûr, nous pourrions rêver d'un monde sans affrontement, où tous les enfants, dès leur plus jeune âge, pourraient apprendre à envisager le point de vue de l'autre, à gouverner leur propre frustration, à gérer les tensions de telle sorte que les désaccords soient aplanis avant de devenir dramatiques, mais l'humain s'y refuse obstinément depuis qu'il est sur terre.

Pourtant, dès leur naissance, les enfants sont des êtres de communication. Parler avec eux le langage de la négociation et de la gestion des conflits, mesurer les enjeux de toute relation, leur donner des outils pour apprendre à se préserver émotionnellement et humainement, tel est le pari de l'association ADN Kids! et, pour moi, l'essence même de ce qui devrait être mis en œuvre dans tout modèle éducatif, partout dans le monde, et de tout temps. C'est la bienveillance mise en acte.

Plus qu'un modèle de prévention, c'est un mode de vie différent qui nous est proposé dans cet ouvrage, en donnant aux enfants les moyens d'explorer le monde, LEUR monde, celui qu'ils se créent lorsque celui qu'on leur propose s'avère trop violent. Se connaissant mieux eux-mêmes, et sachant exprimer sans crainte leurs émotions, ils sauront mettre en place une autre manière de construire la relation, et d'acquérir une précieuse estime d'eux-mêmes.

Les savoirs fondamentaux enseignés dans nos écoles méconnaissent totalement cet apport essentiel qu'est le bonheur d'être, d'où découle celui d'apprendre, de comprendre, de connaître, de se défendre, et de défendre l'autre.

Même brillant en mathématiques, s'il est incapable de gérer ses émotions et de communiquer, un enfant sera malheureux. S'il est victime de harcèlement sans pouvoir trouver les leviers de sa liberté, il se trouvera démuné devant les épreuves de la vie et perdra confiance en ses capacités. Chaque école, de la maternelle à l'université, devrait intégrer dans son cursus de savoir, en tant que matière principale, les méthodes de l'association ADN Kids! sur la négociation, l'expression des émotions, la connaissance de soi et l'estime de soi. En explorant ses ressources

naturelles (physiques, intellectuelles, affectives, créatrices), l'enfant sera capable d'agrandir progressivement son espace émotionnel, pour y inclure le monde. Cela l'amènera vers une protection personnelle renforcée et une estime de soi augmentée, qui le rendront véritablement bientraitant envers lui-même, et envers les autres.

Pour diriger une telle association, il fallait une personne qui ait fait de la bienveillance un mode de vie personnel et professionnel: Julie Cruzillac est un modèle d'ouverture sur le monde. Son attention aux autres et son intuition font de cette jeune femme un être profondément empathique.

Le changement radical, constructif et durable, observé dans les pratiques de ceux qui ont eu la chance d'approcher ADN Kids!, est exposé clairement dans cet ouvrage, antidote puissant à la violence du monde.

Les auteurs nous fournissent des clés; à nous tous de les utiliser dans la création de relations bienveillantes. Cet élan serait, sans aucun doute, un si grand pas pour l'humanité, que cela ne devrait pas être négociable!

Patricia Chalon,

psychologue-psychothérapeute,

présidente de l'association Enfance Majuscule.

Table des matières

Avant-propos	7
Préface	11
Introduction	15

NAÎTRE AU XXI^E SIECLE **21**

Un monde qui change	28
Faire face à des événements inédits	29
Rapport au monde	36
Le digital et les réseaux sociaux	42
La tech	42
Internet	45
Social media	46
Évolution des familles	46
Pressions sociales	49
Rythmes de vie	51
Le paradigme avec nos enfants aussi	56
Transmettre dans un monde où tout est accessible	58
Nourrir une relation de respect sans laxisme	63
Les fondements de la relation	63
Cultiver la proximité	64

Les défis des prochaines générations	65
La curiosité est-elle un vilain défaut?	66
La persévérance	70
Rapport à soi-même plus positif	71
Le goût du beau et du bon	72

La nécessité d'être agiles tous ensemble	76
L'agilité collective	77
Les valeurs	77
Les règles de fonctionnement	78
La gestion du conflit	79
La communication	80
Être acteur du changement	81
Relever les plus grands défis en étant solidaires	84

LA PLACE DE LA NÉGOCIATION DANS L'ÉDUCATION **87**

Les compétences du XXI^e siècle	90
Devons-nous négocier pour éduquer ?	94
Empathie et assertivité, les indispensables	95
Le conflit en lui-même	97
Ce que nous sommes	101

La relation parent-enfant	104
L'attachement	105
Quels parents sommes-nous ?	106
L'importance de répondre aux besoins de l'enfant	107
L'enfant décide ?	113

Pourquoi la négociation est une réponse face à la complexité	116
Se préparer pour improviser	117
Le lien et sa création	119
Pas de bonnes réponses, que de bonnes questions !	122

Comment la négociation permet à chacun de mieux se connaître	126
Être en phase avec soi-même	128
Oser être tel que nous sommes	133
Avoir du courage	135
Et de l'audace !	136
Rester alerte sur les autres et le monde	138
Sur les autres	138
Sur le monde	141
LA NÉGOCIATION, UN MOYEN POUR RÉSOUDRE DES SITUATIONS SOUS TENSION	145
Origine de la négociation	146
Vision négative du conflit	148
Comprendre les rouages de mes réactions par temps calme	151
L'existence des émotions: leur universalité	152
Le rôle des émotions dans nos vies au quotidien	154
L'impact des émotions en situation dégradée	158
Les émotions dégradées	159
Les enjeux de la verbalisation des émotions	162
La relation impactée par les émotions: positivement ou négativement	166
Faire face à une situation et réagir de manière appropriée	171

Cibler le problème	172
Les techniques de questionnement	175
L'importance du cadre et de la règle au quotidien	178
Le négociable et le non négociable pour eux, pour nous-mêmes et pour les autres	180
Une relation équilibrée et enrichissante pour chaque partie	180
La relation de respect avec l'enfant: un double sens	182
Le socle de la confiance	184
La confiance, la base de tout	185
Changer de posture et avancer sereinement	189
Apprendre à devenir assertif	191
Encourager nos enfants à être sûr d'eux	194
Être fier de soi et se porter de l'estime	196
Ensemble, on est toujours plus fort	201
Agir ensemble	202
Faire sa part	204
S'inscrire dans la marche du monde	205
Conclusion	209
Bibliographie	213