



Favoriser une vision du monde réparatrice grâce à la communication réparatrice

Sarah Newton

Le monde dans lequel nous vivons est très exigeant. Nous semblons tous être en compétition les uns avec les autres, mettons tout sur le dos des autres et n'assumons pas la responsabilité de nos actes. Nous voulons tous une solution rapide à nos problèmes sans faire trop d'efforts. Malheureusement, cela ne fonctionne pas. Pour que le monde adopte une vision plus réparatrice et moins dommageable, nous devons, je pense, changer l'essence même de la nature humaine – notre façon de communiquer.

De nos jours, la communication se résume essentiellement à dire ce que nous voulons et à l'obtenir. Il semble que cela laisse peu de temps pour établir des relations avec les autres et connaître leurs intentions réelles. En fait, le mot communication semble maintenant signifier « laissez-moi vous dire ce que je pense »!

Le dictionnaire définit la communication comme l'action de communiquer quelque chose à quelqu'un, comme une relation qui permet à des personnes d'échanger des pensées en utilisant différentes méthodes. Autrement dit, il s'agit d'un processus actif qui permet des échanges. Actif signifie que nous sommes totalement impliqués et relation que nous parlons avec notre cœur dans le but d'établir un lien et d'échanger avec un autre être humain. Oui, ça doit fonctionner dans les deux sens. C'est ce que j'appelle la communication réparatrice.

Communication réparatrice parce qu'elle nous ramène à un niveau très humain, nous encourage à accepter et à reconnaître les sentiments des autres et à chercher des solutions avantageuses. La communication réparatrice puise ses racines dans la justice réparatrice, qui s'inspire des traditions de guérison autochtones et de celles de nombreux groupes confessionnels qui préfèrent répondre à la violence autrement que par des mesures coercitives. La justice réparatrice s'inspire de différents mouvements sociaux, théologiques et philosophiques et vise à remettre la personne qui a des problèmes en contact avec son environnement.

La communication réparatrice s'appuie sur plusieurs principes :

1. Les gens sont capables de choisir leurs actions.
2. La communication permet de trouver des solutions avantageuses grâce à une participation active.
3. La communication vise à rétablir l'harmonie et à permettre aux gens de vivre ensemble dans un environnement sain et sécuritaire.
4. La relation est toujours au premier plan.
5. Nous reconnaissons que les conflits font partie de la nature humaine et qu'il y en aura toujours. Nous les considérons par conséquent comme un moyen de grandir et d'apprendre.

Cela contraste tout à fait avec la façon dont la plupart d'entre nous communiquent aujourd'hui.

1. Comment puis-je gagner?
2. Comment puis-je m'assurer que cette personne ne va pas me jouer un mauvais tour?
3. À qui la faute?

Examinons maintenant certaines caractéristiques des anciens et nouveaux styles de communication. Ces caractéristiques, je les ai observées dans le cadre de mon travail avec des parents et des adolescents. Vous allez cependant constater qu'elles s'appliquent à n'importe quelle situation.

Anciens styles de communication – Approche coercitive

1. Nous avons un enfant qui ne respecte pas les règles et pensons à le punir. Nous considérons son comportement comme une atteinte à notre autorité. « Tu es rentré tard et n'a pas respecté ton heure de rentrée...tu es privé de sortie! »
2. Notre priorité est de trouver le coupable d'attribuer le blâme. « As-tu fait ça à ta sœur? Tu aurais dû savoir que ça ne se fait pas. Tu dois arrêter tes enfantillages! »
3. Nous nous considérons engagés dans une lutte de pouvoir avec notre adolescent/enfant et nous croyons devoir être désagréables pour que ce dernier agisse comme nous le voulons. « Tu ne fais jamais ce que je te dis et tu ne

m'aides pas lorsque je te le demande... Je vais cesser de te verser ton allocation! »

4. Nous mettons toute notre attention sur les règles, sur le respect de ces règles et sur la manière d'amener notre enfant à s'y conformer.
5. Nous considérons la responsabilisation comme une perte ou une punition.

Nouveaux styles de communication – Approche réparatrice

1. Nous considérons l'écart de conduite pour ce qu'il est, et non pas comme un acte destiné à nous provoquer. Nous mettons l'accent sur la responsabilisation de l'enfant, qui doit comprendre les conséquences de ses actes. « Lorsque tu rentres tard, j'ai le sentiment que ce que nous voulons n'est pas important. Comment allons-nous régler ce problème? »
2. Nous mettons l'accent sur le traitement du problème. « Nous vivons dans la même maison et devons nous entendre. Comment pouvons-nous y arriver en nous assurant que nous avons tous ce dont nous avons besoin? »
3. Nous insistons sur le dialogue. Tout le monde est concerné et a droit de parole. Nous mettons l'accent sur la réconciliation. « Les responsabilités ne sont pas partagées de manière équitable dans la maison. Nous devons nous asseoir ensemble toute la famille et discuter de ce que nous pourrions faire pour améliorer la situation. »
4. Nous plaçons notre attention sur la relation. Notre objectif est d'améliorer la relation, pas de l'envenimer.
5. Nous considérons la responsabilisation comme la conséquence d'un choix et travaillons avec notre enfant pour faire différents choix.

Imaginez comment la société pourrait changer si nous arrivions à appliquer les principes de la communication réparatrice. Si nous privilégions par-dessus tout les relations, nous pourrions avoir des contacts très intéressants les uns avec les autres. Si nous pouvions chaque jour renoncer un peu plus à la communication basée sur la coercition, nous serions sûrement sur la bonne voie pour propager une vision du monde réparatrice de la base au sommet.