

ADEMO II info

ADEMO - II



Programme Financé par le peuple américain au profit du peuple béninois

MISE EN OEUVRE DU PROGRAMME ADEMO 2

La communication non violente pour pacifier la société



ZOOM SUR LES FORMATIONS SUR L'INTRODUCTION À LA COMMUNICATION NON VIOLENTE



Les propos des bénéficiaires

Yannick DEDOKOTON /
participant littoral :



Au cours de cette formation nous avons eu une séquence sur la CNV. Cette communication m'a fait du bien parce qu'elle a permis de pouvoir m'entretenir sur les questions d'observation. Je suis à la sortie de cette formation une nouvelle personne, cela me permet de ne pas communiquer violemment ; elle était vraiment très pertinente. Je voudrais à la fin lancer un appel à Social Watch Bénin qui a pris la peine au travers de tout ce qui a été donné de nous entretenir sur la communication non violente, de pouvoir axer aussi cette formation vers les administrations parce que pour nous les jeunes qui sommes en contact avec nos aînés dans les administrations, la communication n'est pas non violente. Elle est assez violente donc cela permettra aussi de pouvoir avoir un résultat aussi palpable et pouvoir vraiment faire avancer cette lutte.

Amsatou HAROUNA /
Participante Littoral :



La communication non violente c'est cette communication qui nous apprend la bienveillance en société,

et qui a des composantes au nombre desquelles nous avons l'observation, le sentiment que l'on peut ressentir, le besoin qu'il faut savoir exprimer et la demande. Ce qui m'a beaucoup intéressée c'est la manière dont nous devrions faire des demandes, les caractéristiques de la demande parce que c'est à travers ces caractéristiques que notre interlocuteur pourrait nous écouter et nous répondre. J'ai retenu une phrase des formateurs c'est que la demande n'est pas une exigence et par conséquent un refus de la part de nos interlocuteurs ne devrait pas nous fâcher. Je pense que nous allons former une bonne société avec la communication non violente. Ce que j'aimerais recommander, c'est que ces ateliers ne se limitent pas seulement à Cotonou, parce que notre société en a besoin, car il y a beaucoup de conflits et si les gens avaient des notions sur la communication non violente chacun essaierait de développer de son côté et là, nous allons former une société de paix, de solidarité. Une société qui se comprend est une société développée.

Marcelline SOUNNOUKINNY /
Participante Littoral :



Je suis vraiment contente de cette formation sur la communication non violente. C'est une notion très importante dans notre société. Les jeunes d'aujourd'hui ne sont pas vraiment sensibilisés. Ils n'ont pas les notions de la communication non violente, et ça se justifie par le fait que nous observons des situations de violence, des conflits, des guerres entre les ami(e)s, entre les populations. Cette formation est venue à point nommé. J'aimerais suggérer que

l'organisation qui a pu penser à nous pour cette formation puisse élargir la thématique vers les apprentis, les universitaires, les étudiants, les adolescents et jeunes et même dans les administrations parce qu'il y a beaucoup de situations de conflits qui se passent dans les administrations, les gens ne sont pas vraiment conscients de ce qu'ils font. Je suggère que l'organisation puisse trouver les partenaires techniques et financiers qui puissent les aider à animer aussi des émissions radios et télé pour sensibiliser la population. Je pense que cette communication non violente est vraiment très importante parce qu'elle permet d'instaurer un climat de paix.

Marcel KOTCHOLE /
Participant Atlantique :



Moi j'ai été sidéré de ce que j'ai entendu au cours du module développé. J'ai constaté que par le passé, ma manière de communiquer avec les autres, ma manière d'inter agir avec les citoyens et mes collègues, je vois que ça ne concorde pas avec les bases, les éléments basiques d'une communication non violente. En ce sens que lorsqu'on prend les groupes politiques, communautaires, dans le domaine privé on constate que nous arrivons à nous blesser plus facilement et qu'on n'arrive pas à construire un bon modèle de nous-mêmes dans le cœur des autres. La communication non violente m'a beaucoup changé et je compte rencontrer plusieurs personnes pour échanger avec eux sur les notions de la communication non violente pour qu'ils puissent relayer l'information chez eux, dans leurs familles et avec leurs ami(e)s.

Suite en page 4

**Espérant HOUSSOU/
Participant Mono :**



Cette communication s'est bien passée, il y a beaucoup de choses que moi particulièrement je n'avais pas compris, mais aujourd'hui on a eu à détailler. Je pense que chacun de nous a eu des informations sur la communication non violente et j'ose croire que nous ne parlerons plus de la perturbation de la paix dans notre société. En une phrase, je peux dire qu'il faut pour une communication non violente l'observation, le sentiment, les besoins et des demandes très claires qu'il faut effectuer. Ce sont des points clés qui ont permis à beaucoup de personnes de comprendre ce qu'est la communication non violente.

HESSOU Glwadys/Participant Mono :



Je suis très émue, très contente d'avoir participé car la formation m'a aidé à comprendre certaines choses et à connaître ma position normale. Aujourd'hui grâce à la formation je suis contente et je suis fière de ma personnalité et je promets que je vais faire davantage bon usage et beau-

coup sensibiliser ceux qui m'entourent.

AKLE Harrison / Participant Couffo :



J'ai beaucoup apprécié la présentation sur la communication non violente. C'est une communication qui permet aux citoyens de se maîtriser en société, de savoir comment s'adresser à son prochain et d'éviter surtout les conflits. J'en ai beaucoup bénéficié et je pense que j'essaie de la mettre en pratique.

DATCHE Abel / Participant Couffo :



J'ai suivi la formation du début jusqu'à la fin, j'ai vu que tout ce qui a été fait était bon par rapport à la communication non violente, j'ai pris bonne note et j'aurais voulu que prochainement ces formations soient étendues dans tous nos villages, arrondissements et dans toutes les communes.

TASSANTA Brigitte /Participant Zou :

Je peux dire avec fierté que cette communication s'est bien déroulée, au cours de cette formation nous avons eu à parler des obstacles de la communication non violente et parmi ces obstacles je peux citer l'interprétation que nous faisons des faits et gestes de nos camarades, de nos



pairs dans la société. Nous avons également les jugements qu'on se fait des non-dits, des préjugés qui sont des obstacles à la communication non violente. Au cours de la formation j'ai appris que les besoins font nos sentiments cela voudra dire si je suis contente cela fait entendre que mon besoin a été satisfait et si je suis malheureuse mon besoin n'a pas été satisfait, il faut que je fasse tout avec l'aide de la personne qui aurait causé ce mauvais sentiment afin que je puisse finalement satisfaire mon besoin. Il y a également la demande où, pour une communication non violente, il faudrait que notre demande soit ouverte, claire, réalisable, positive afin que notre partenaire ne puisse pas mal interpréter.



ASSIMADA Esaie / Participant Zou :

J'ai beaucoup apprécié la formation, parce que ça a montré combien de fois pour la moindre chose nous nous mettons à nous battre. La formation nous

Suite en page 4

a montré comment régler les conflits. J'aimerais avoir plus de connaissances sur la communication non violente.

**ALASSANE Hindou /
Participante Donga:**



La communication non violente est un thème qui a particulièrement attiré mon attention, puisque dès le départ j'étais un peu curieuse de savoir de quoi est-ce qu'il était question ; mais j'ai découvert par la suite beaucoup de choses par rapport à ce thème qui appelle quand même à la paix, la quiétude et la convivialité à la vie en société. Je tiens à remercier les initiateurs notamment Social Watch Bénin et l'Ambassade des Etats Unis près le Bénin.

que la communication de cœur, ce que nous ressentons et ce que nous devons dire avec la paix avec les autres. C'était bon ; nous avons beaucoup appris et nous sommes engagés partout pour ce type de communication désormais.

**BIO Géraldine Nicole/
Participante Atacora :**



Avec Social Watch Bénin, j'ai appris qu'il y a une communication qu'on appelle la communication non violente et grâce à cette formation, je pense que je pourrai mieux m'organiser davantage pour mieux contrôler ma colère et mieux comprendre mon prochain pour créer une paix intérieure.

permis de mieux comprendre comment il faut agir devant n'importe quelle situation, savoir communiquer pour éviter de mal interpréter l'intention des autres.

**ADJIMA Christophe/
Participant Atacora :**



Je suis très heureux, je suis très ému de la formation dont la thématique est la communication non violente. Il y a beaucoup de choses que j'ai apprises et que moi-même j'ignorais. J'exhorte tous mes camarades à vraiment faire bon usage de tout ce qu'on a appris. A l'endroit des organisateurs je lance un appel afin que cette formation soit pérennisée ; qu'on arrive à décentraliser la formation pour que le Béninois qui se trouve dans le Bénin profond en bénéficie également.



OGUIDI Arnaud/Participant Donga :

Ce module sur la communication non violente est vraiment intéressant. C'était très enrichissant ce module. On a beaucoup appris sur la communication non violente, ce que nous devons partager avec les autres. Autour de nous, nous devons prôner la communication non violente qui n'est rien

**NOUANTI Cathérine/
Participante Atacora :**



J'avoue que la formation sur la communication non violente nous a beaucoup émerveillée, ça nous a

DJOBALimatou/Participante Alibori :



J'ai été très impressionnée par la formation sur la communication non violente puisqu'il y avait certains points qui me semblaient flous mais

grâce à la formation, désormais je sais comment répondre dans des situations de communication pour éviter la violence.

KOTO Abdou-Wassiou
/Participant Alibori :



Nous avons tiré beaucoup de choses de la communication non violente. Je sais désormais que face à certaines situations comment se comporter et lorsque nous avons des situations face à nous comment juger ou quel est le comportement qu'il faut adopter lorsqu'on est en conflit avec quelqu'un. J'aimerais que cette formation soit organisée dans toutes les communes de l'Alibori parce que les gens ont besoin de cette formation pour être éclairés.

ASSOUMA Abdoul-Rachad/
Participant Alibori :



Les formateurs ont été clairs et concis malgré le temps insuffisant nous avons cerné ce que c'est que la communication non violente et ce qu'il en est réellement. A travers cette formation, je suis capable de faire une restitution et d'initier d'autres personnes dans mon entourage à la communication non violente.

LEMON Isabelle /Participante
Borgou :



Par rapport à la formation sur la non violence, je suis très satisfaite j'ai beaucoup appris et désormais je sais qu'il y a le mode chacal et le mode girafe et c'est ce dernier mode qui aide à prendre de la hauteur face à certaines

situations, savoir se rabaisser pour comprendre ce que l'interlocuteur veut nous faire passer comme message. Et je pense que ça me sert dans ma vie professionnelle, personnelle et dans mon couple. Je pense que tout le monde devrait prendre part à ce type de formation.

ALABI Razak/Participant Borgou :



Jesuis très content d'avoir eu la chance de connaître cette formation. Grâce à cela j'essaye de mieux gérer certaines personnes dans mon entourage parce que j'ai une nature donnée et grâce à mes acquis en CNV je pourrai mieux aborder certaines situations de la vie.

US BWAA

Réseau des Femmes Leaders pour le Développement (RFLD)

CESPo-UAC
Science Po

SOCIAL WATCH BENIN
Contrôle citoyen
Participation - Redevabilité - Intégrité - Genre

women edtech
Training and professional integration of women

La communication non violente pour pacifier la société



La deuxième édition du programme des Ateliers de la Démocratie (ADEMO2) financé par l'Ambassade des Etats Unis près le Bénin a démarré en octobre 2020. Conduit par cinq organisations notamment le réseau Social Watch Bénin, le Centre d'études sociologiques et de science politique (CES-Po) de l'Université d'Abomey-Calavi, le réseau des femmes leaders pour le développement du Bénin (RFLD), Women Ed'Tech et USBWAA, chaque structure avec une composante à charge a joué un rôle particulier dans la chaîne d'exécution des activités pour l'atteinte des résultats. A cet effet, Social Watch Bénin a assuré le lead de la troisième composante du programme relative à la communication non violente (CNV). La troisième composante du programme concerne la formation des bénéficiaires sur la thématique de la communication non violente (CNV). Sous le lead de Social Watch Bé-

nin, l'Initiative des communicateurs pour la bonne gouvernance au Bénin (ICOG-Bénin) membre du réseau a eu le mérite de conduire les activités. A cet égard, du 17 au 19 novembre 2020, des membres de ICOG-Bénin ont bénéficié d'une formation des formateurs sur la thématique de la CNV afin d'être aguerris pour appuyer les formateurs certifiés dans les départements. Durant les trois jours, les participants ont suivi avec intérêt les sous-thèmes exposés par les deux formateurs du Cabinet Saint Augustin de formation, de médiation et d'accompagnement (CASAFMA). Ainsi, la Sœur Brigitte Doko et M. Firmin Didagbè ont entretenu les participants sur « les sources de violences présentes dans notre langage habituel », « la communication non violente », « le processus de la communication non violente », « l'auto-empathie », « l'écoute empathique de l'autre »,

« la gestion des messages difficiles » et enfin « la gratitude ». Tous ces sous-thèmes développés sont restés en lien avec les quatre composantes de la communication non violente qui sont l'Observation, le Sentiment, le Besoin et la Demande (OSBD). Ces quatre composantes résument d'ailleurs la manière de communiquer pour se faire écouter dans une situation de communication. Les douze départements ayant abrité les formations des bénéficiaires du programme ont également reçu les formateurs CNV où les jeunes ont été entretenus sur l'introduction à la communication non violente avec les notions basiques. Tous les participants aux formations ont reconnu l'importance de la thématique qui est un chemin tracé pour la stabilité de la société.



Album photos de quelques activités dans le cadre du programme



Album photos de quelques activités dans le cadre du programme

