CC BY NC

CRISES SOCIALES, DÉMOCRATIQUES, ÉCOLOGIQUES ?

INTÉRIORITÉ, DISCERNEMENT, ACTION COLLECTIVE ET COMMUNICATION

Sophie Lewandowski

The Center for Nonviolent Communication
cnvc.org

THÉÂTRE FORUM -CNV

Exercice : accueillir ses part violentes et non violentes

Prenez une situation où une part de vous aurait envie d'être en mode chacal / violent
Écoutez chaque part avec ses besoins personnels et sociaux
Ancrez vous dans les besoins connectes.
Cherchez un premier pas qui prenne soin des besoins

Communiquer et agir avec non violence ?

Est ce que la non violence désarme les luttes ?

Individu

Emotion → emovere → Mouvement

Emotion → Besoin connecté → Energie …

Groupe

Peur, colère : starter , pas carburant
Être totalement déterminé.e.s
sans peur/colère (B. Katie)
ce n'est pas facile, mais on peut s'exercer
avec la CNV

CC BY NC ND

FORMES ET TEMPORALITE DE VIOLENCES : Qui subit le plus l'engrenage ?

VIOLENCE STRUCTURELLE

DANS LES LOIS ET LES RAPPORTS SOCIAUX

- Économique | inégalité, pauvreté...
- Sociale | discrimination, exclusion...
- Culturelle | dépréciations, ethnocides...
- Symbolique & psychologique
- Physique | rue, forces de l'ordre...
- Institutionnelle | loi déc. pol
- Écologiques

QUI prend les risques ?
classe, ethnie, religion, genre, âge, validité...

Qui subit / prend le risque du statut quo ?

VIOLENCE DE REPRESSION

VARILABE DANS FORME INTENSITE TEMPORALITE

Directe

- **sur du matériel**
- **verbale, symbolique**
- **physique**

Indirecte

usage des lois & dispositifs injustes ou injustement

Qui prend le risque de la répression violente ?

- Immédiat (physique, personnel, de groupe)
- De long terme (structurel)

VIOLENCE DE PROTESTATION

VARILABE DANS FORME INTENSITE TEMPORALITE

- **sur du matériel**
- **verbale, symbolique**
- **physique**

Qui prend le risque de la violence ou de la non violence dans une lutte

- Immédiate (risque physique, personnel, de groupe)
- De long terme (risque d'efficacité /violence structurelle)

CC BY NC ND

NON VIOLENCE DANS LES LUTTES SOCIALES ET ECOLOGIQUES ?

De quelle violence / non violence parle-t-on ?

=> Dégât matériel, violence verbale, symbolique, psychologique, physique ?
=> Quelle intensité ? quelle quantité/nombre ? quelle durée ?

	Arguments contre la non violence	Arguments pour la non violence
EFFICACITE ?	1. Moins tactiques 2. Moins de résultats 3. Résultats + réformistes que structurels 4. Inefficaces en contextes extrêmes	1. Sharp : 198 méthodes persuasives, coercitives, disruptives 2. Chenoweth & Stephan : 53 % réussite NV contre 26 % V 3. Sharp : si massif, NV attaque piliers 4. Semelin : ex hitler
RENFORCEMENT VIOLENCES STRUCTURELLES ?	1. Institutionnelle (État) 2. Économique (capitalisme) 3. Patriarcale (passivité sacrifice, divisions genrée de la violence) 4. Raciste (privilège blanc et récits civilisé/barbare) 5. Contrôle social	1. Semelin, Martin : NV peut être illégale et déstabilisante pour l'Etat, Sharp : non coopération retire consentement et légitimité aux autorités publiques 2. Achard, Lewandowski : capitalisme émotionnel versus ancrage collectif 3. NV active, lutte des femmes (ex Greenham common, Madres plaza de mayo...), NV participation femmes enfants personnes âgées 4. Pacifisme universaliste différent de NV choisies par groupes "racisés" (ex droits civiques, antiapartheid, luttes indigènes) 5. Vigilance domestication, instrumentalisation
OPPRESSION MORALE ?	1. Code moral universel 2. Mythes historiques 3. Défense légitime (auto-défense & insurrections)	1. Ne pas faire l'économie de l'éthique, mais pas d'imposition (notamment entre classes sociales) 2. Nombreuses études nuancées mouvement NV cf plateformes, mythes violences non nuancés 3. Pas d'opposition binaire NV/ autodéfense, ex. : mouvements indigènes amazonie

RÉFÉRENCES

- Sharp 1973, 1997
- Semelin 1989
- Gederloos 2007
- Martin 2009
- Chenoweth et stephan 2011, 2019
- Lewandowski 2025
- Achard 2026

MASSE → 3,5 % population activement impliquée : fortes chances de réussites

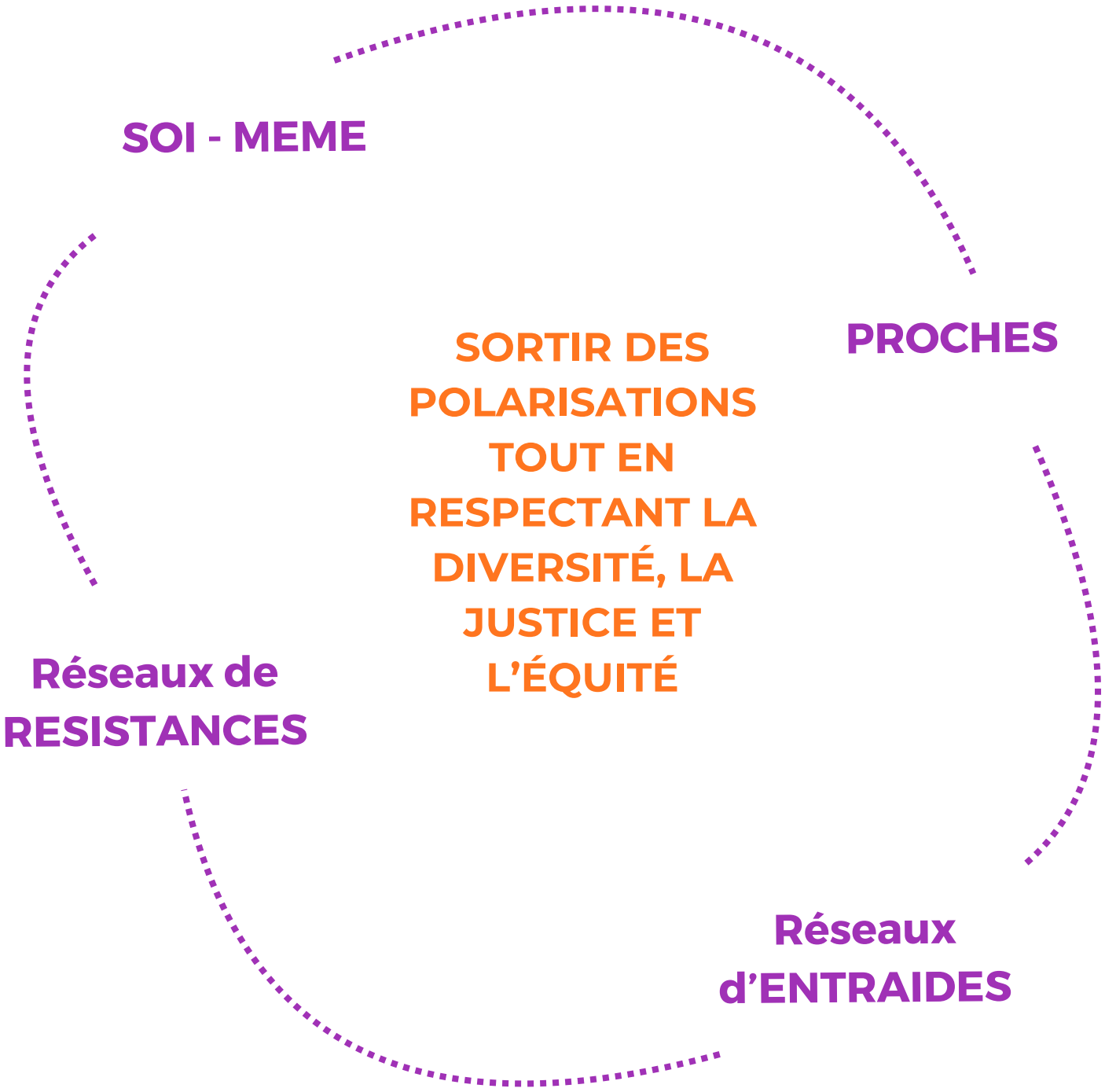
→ 10 % aucun échec

Chenoweth & Stephan (2011)

sophielewandowski.com

CC BY NC ND

Exercice
RESSOURCES
intérieures et extérieures



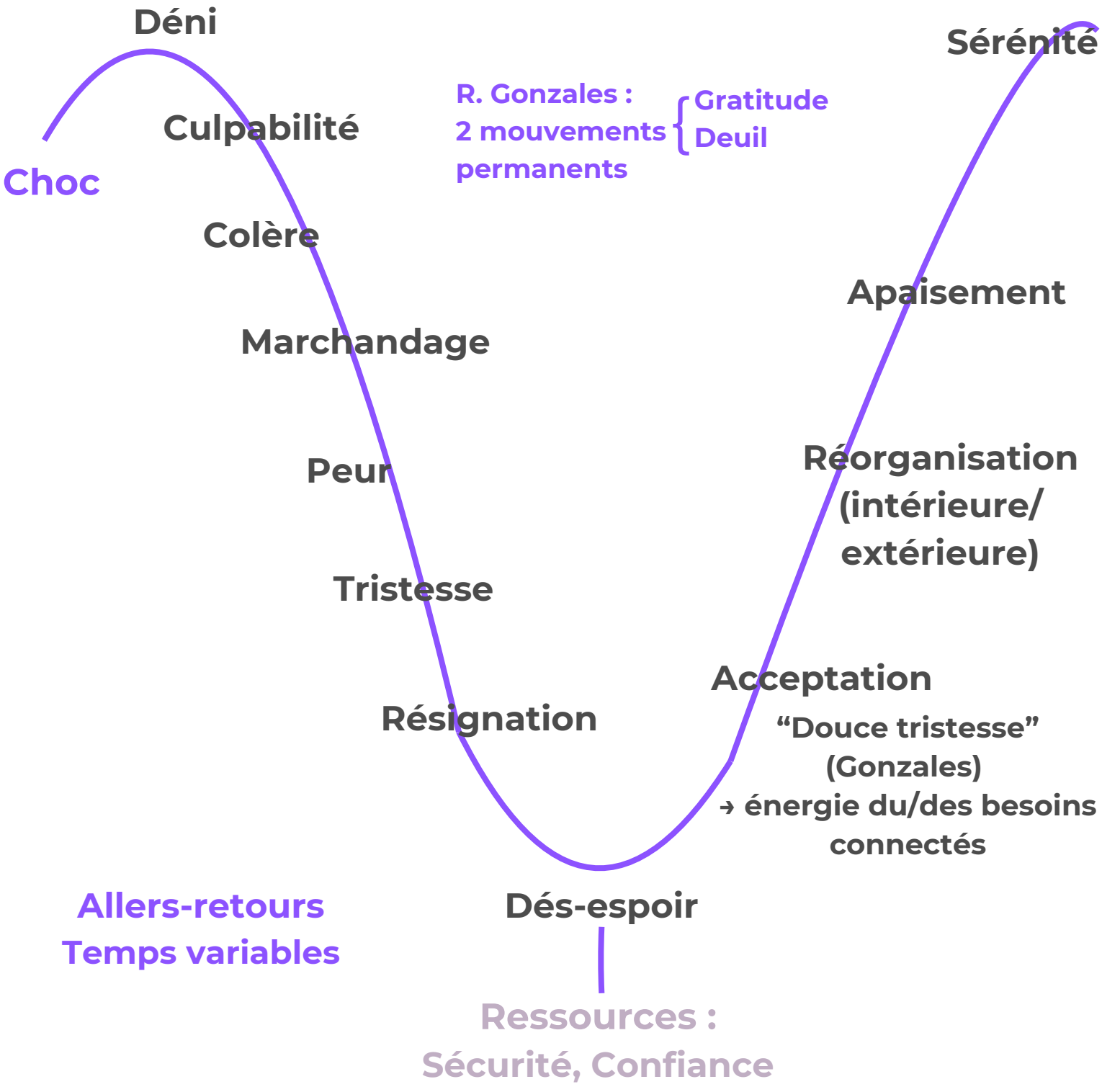
Répertorier, conscientiser, activer pour soi et pour ses collectifs

CC BY NC ND

Retrouver l'energie : la transformation sociale et la communication demandent de faire des deuils sans se résigner

DEUIL

d'une personne
capacité
situation/acte/"echec"
croyance...



CC BY NC ND

D'où partent nos actions collectives ? Quelles formes prennent-elles ?

JOIE, HUMOUR, IMAGINAIRE DANS LES ENGAGEMENTS

Joie

Sortir de la joie imposée à partir d'une position privilégiée → Joie agape/amour
Elan de (sur)vie

Humour

- brise la peur
- crée une identité
- retourne la répression contre elle-même
- élargit le mouvement

à associer avec
- organisation
- stratégie
- discipline
- mobilisation massive

(Popovic, 2015)

Imaginaires symboles, musique et chants, théâtre performance, récit témoignages, jeux et dispositifs festifs, tribunaux symboliques, rituels collectifs

CC BY NC ND

La Communication non violente au coeur des crises

Vérifier sa propre posture intérieure et son intention avant pendant aprés l'action et/ou le temps de communication avec une personne, un groupe.

Créer les conditions du dialogue : rétablir l'équité puis dialoguer

Trouver des accords concrets : sur du court et du long terme en prenant en compte les différences sociales et culturelles

CC BY NC ND