

SENSIBILISATION A LA COMMUNICATION NON VIOLENTE

FONDAMENTAUX

CONTEXTE

La communication, que ce soit en équipe ou auprès d'un usager, reste un exercice délicat. Des interprétations plus ou moins justes peuvent être sources de ressentiments impactant la qualité relationnelle et le bien-être au travail.

La Communication Non Violente (CNV) propose une approche sensible de la communication, qui mobilise l'écoute, l'assertivité, l'intelligence émotionnelle, tout en proposant des outils efficaces dans la relation à soi et à l'autre.

Conçue pour un groupe de 12 personnes maximum, la formation proposée offre un cadre sécurisé d'expression où l'accent est donné sur le vécu des situations et non sur la problématique afin de permettre aux participants de clarifier ce qui se vit en chacun, puis en l'autre, dans l'interaction, en vue d'une ouverture et d'une évolution des modes de communication.

OBJECTIFS

- Identifier l'intention et les 4 étapes de la communication non violente
- Ajuster sa communication en tenant compte des émotions, des besoins de soi et des autres, ainsi que du contexte professionnel
- Formuler des demandes claires et coopératives dans une démarche CNV
- Utiliser des outils d'écoute empathique et de dialogue constructif
- Donner des feedbacks et des appréciations favorisant la coopération et la qualité relationnelle

CONTENU

- Les fondamentaux de la communication non violente : observation, sentiments, besoins et demandes
- L'analyse de sa communication et l'ajustement de sa posture relationnelle selon le contexte et les émotions
- La pratique de l'écoute active, de la reformulation et de l'expression respectueuse de soi et de l'autre, d'un avis, d'une demande ou d'un désaccord

Intervenant.e

Formateur spécialisé en communication non violente

Dates et lieux

Nous consulter

Public

Professionnels du secteur social et médico-social

Durée

14 heures - 2 journées
En continu

Tarif

En inter : 200€/j/pers.
En intra : nous contacter

Prérequis

Aucun

Méthodes mobilisées

Alternance d'apports théoriques et d'échanges, situations concrètes

Modalités d'évaluation

Evaluation préalable des attentes, évaluation à chaud, évaluation à froid (quizz, questionnaires, ...)

Accessibilité handicap : Le CEFRAS souhaite être informé des besoins d'adaptation (modalités pédagogiques, matériels...) afin de favoriser l'accès à la formation des personnes en situation de handicap. Tous nos sites ont un accès PMR.

Référents handicaps :
Martine SEILLER m.seiller@cefras.com ;
Lydie GUILLET l.guillet@cefras.com ;
Bénédicte DROVAL b.droval@cefras.com