

### **PUBLIC**

Tout salarié

### **PREREQUIS**

Aucun

### **NOMBRE DE PARTICIPANTS**

12 personnes maximum

### **DUREE**

2 jours soit 14 heures

### **INTERVENANTE**

Formatrice et consultante en communication

### **MODALITES PRATIQUES**

- . Formation en présentiel
- . Intra et inter établissement
- . Prochaine session  
5, 6 octobre 2023  
A Arzacq (64)
- . Devis sur simple demande
- . Accessibilité handicapé :  
Nous consulter
- . Inscription par mail / téléphone

### **VALIDATION**

Attestation de formation

### **DISPOSITIF DE L'ACTION**

*En amont* : Prévisite, recueil des besoins des participants

*Au cours de formation* :

Evaluation lors des mises en situation, des études de cas et réflexions de groupe

*En fin de formation* :

Evaluation des acquis par post-test et évaluation de la satisfaction des participants

*A 3-6 mois* : Evaluation à distance

### **OBJECTIFS**

Le stagiaire sera capable de ...

- Identifier ce qui favorise la coopération
- S'écouter pour mieux écouter l'autre
- S'exprimer clairement en s'affirmant avec bienveillance
- Adopter une posture responsable et proactive dans les relations d'équipe

### **PROGRAMME**

Module 1 : Compréhension de l'origine des dysfonctionnements dans la communication

- Repérer ce qui facilite ou ce qui fait obstacle à la communication, à la fluidité de la relation et à la coopération
- Comprendre les racines de la violence dans nos relations (langage chacal)

Module 2 : Découverte des 4 étapes du processus de la CNV de Marshall Rosenberg

- L'intention de la CNV
- Les 4 étapes :
  - o Différencier nos observations et nos évaluations au service du dialogue
  - o Les sentiments comme signal d'alarme
  - o Identifier nos besoins et ceux des autres pour se comprendre
  - o Formuler des demandes claires, concrètes, puissantes qui font avancer (formuler une demande crapo, différence entre demande et exigence)

Module 3 : L'empathie en CNV (oreilles girafe)

- Définition
- Pratique de l'écoute empathique

### **MODALITES PEDAGOGIQUES**

- Apports théoriques et méthodologiques
- Approche pédagogique active avec travail de réflexion en groupe et sous-groupe
- Mises en situation à travers d'exemples fictifs ou réels
- Supports illustrés
- Remise d'un livret pédagogique

La durée et le contenu de cette formation sont personnalisables en fonction de vos besoins