



www.ifman.fr, 2 rue des Feyen, 54000 NANCY,  
Tél : 03 55 10 25 07, nordest@ifman.fr

## Sensibilisation à la communication bienveillante (cnv)

3 heures / Centre de détention

Coût de formation : 680 euros ttc (six cent quatre-vingts euros ttc)

### Objectifs

---

#### Objectifs généraux :

- Développer ses compétences relationnelles et sociales, se sensibiliser à des éléments liés à la communication non violente.

L'approche fait partie des démarches proposées au sein de l'établissement afin d'atténuer les risques de récidives en proposant une approche de la communication pour aller vers communication non violente.

Développée par le psychologue Marshall Rosenberg, cette approche est une méthode qui permet de parler sans culpabiliser, sans jugement, sans reproche.

#### Objectifs opérationnels :

- Apprendre à s'affirmer avec bienveillance dans la relation.
- Faciliter la recherche de solutions qui prennent en compte les besoins des personnes,
- De mieux réguler les conflits,
- D'aider à mieux écouter et comprendre les autres et soi-même, à s'exprimer plus clairement et avec authenticité,
- De se ressourcer par rapport à des situations difficiles, de canaliser et transformer l'agressivité et la colère,

## Contenu

---

La formation permettra de travailler sur différentes étapes de la relation en termes de communication :

- Observer sans juger, (sans jugement, interprétation, déni de responsabilité...)
- Exprimer ses émotions, sentiments, (comme signaux de besoins satisfaits ou non satisfaits)
- Parler de ses besoins, besoins qui ont pu réveiller les émotions,
- Exprimer une demande sans l'exiger (différent du moyen concret pour l'obtenir)
- Aller vers l'autre, avec empathie et compréhension peut permettre dans le cadre de cette démarche d'élargir ses capacités d'action et la qualité des relations sociales, familiales et dans de nombreux contextes.

## Approche pédagogique

---

Au cours de cette formation, nous utiliserons différents outils permettant d'aborder la thématique Jeux de rôle, exercice d'application à partir des éléments d'apport transmis à partir de différents supports (situations, photos...)

Transmission de documents stagiaires.

## Prérequis

---

Pour suivre cette formation, il est nécessaire d'être inscrit auprès de Monsieur le coordinateur du service SPIP,

## Modalités d'évaluation

---

La formation sera évaluée tout au long du parcours, il sera pris en compte au travers des exercices de mise en application une analyse des postures individuelles pour chacun des participants, retranscrite à travers une grille d'analyse et qui servira d'évaluation et de recommandation faites par le formateur.

## Accessibilité aux personnes en situation de handicap

---

Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation. Dans le cas contraire, nous prévoyons une orientation vers des organismes appropriés.

## Modalités d'accès et délais d'accès

---

Les détenus de la structure proposés pour à la formation par le biais du SPIP qui détermine la présence et l'inscription des stagiaires avant le démarrage de la formation. La liste des stagiaires ne peut être notifiée sur la convention avant sa signature.  
La formation se déroulant en intra, il n'y a pas de délai d'accès.

## Intervenante

---

Le stage sera animé en coanimation par

Madame Catherine DAVID (**contact par adresse [nordest@ifman.fr](mailto:nordest@ifman.fr)**)

En prestation de service, formatrice et coordinatrice pédagogique à l'IFMAN Nord Est, depuis 2010,

Titulaire d'un diplôme de psychologie sociale et du développement, statut de psychologue et d'un certificat de formation de formateur à la régulation non violente des conflits, Formée à des outils de compréhension des relations humaines (psychologie sociale, outils photolangage, risques psycho-sociaux, harcèlement et cyberharcèlement,) et de régulation des relations (communication non- violente, bientraitance relationnelle...).

Et par Madame Noémie ALLENDER,

En prestation de service, formatrice et coordinatrice pédagogique à l'IFMAN Nord Est, certifiée en gestion positive des conflits pour les jeunes par l'Université de Paix de Namur, ASBL fondée par Dominique Pire, Prix Nobel de la Paix. Titulaire d'un Master en sciences de l'éducation IFF « Ingénierie de la Formation de formateurs. Professeure des écoles pendant 16 ans