



www.ifman.fr, 2 rue des Feyen, 54000 NANCY,
Tél :06 27 53 02 39, nordest@ifman.fr

Approfondir son approche d'écouter avec l'appui de la communication non-violente

Demi-Journée de formation 0,5 jour (4H)

tarif : 550 euros ttc (cinq cent cinquante euros ttc)

Objectif

L'objectif général de l'initiation de formation est le suivant :

Approfondir et appliquer l'approche de la communication non violente, pour soi et pour l'autre dans son approche d'écouter (en s'appuyant sur les différentes étapes de l'approche de la cnv)

Objectifs opérationnels

- connaître les émotions de base et leurs fonctions
- accueillir mes émotions (auto-empathie) et celles de mon interlocuteur (empathie)
- apprendre à réguler les émotions fortes chez moi et chez les autres en m'appuyant sur mes ressources
- connaître les besoins et leurs caractéristiques
- savoir identifier mes besoins
- développer une écoute active (reformulation), notamment par la formulation d'hypothèses liées aux émotions et aux besoins de mon interlocuteur

Apports et expérimentation d'outils pratiques :

- Présentation de la journée et des attentes des participants et ajustement des objectifs
- Apport sur les processus de communication non violente dans une situation de conflit à réguler

Institut de recherche et de Formation du Mouvement pour une Alternative Non-violente - IFMAN Nord Est

Association loi 1901 - SIRET 524 936 184 00018 - APE 8559A

- Choix de situations-problèmes et analyse des difficultés de communication rencontrées dans les situations au sein des écoutes, appui éléments mentionnés ci-dessus,
 - Écoute empathique : outils et postures pour favoriser le dialogue,
 - Communication non-violente de Marshall Rosenberg : méthode basée sur l'expression et l'écoute des émotions reliées aux besoins humains fondamentaux
- Bilan de la matinée

Éclairages conceptuels

Le contenu de l'action de formation concourant au développement des compétences est explicité ci-dessous :

(Appui sur les apports de ROSENBERG et D'ANSEBOURG, FILLIOZAT...)

- Connaissance des émotions de base et de leurs fonctions (4 principales au minimum)
- Approche d'auto-empathie, approche de l'empathie : définition, similitudes et différences
- Présentation de ressources disponibles lors de la régulation d'émotions fortes, chez soi et chez les autres
- L'écoute active : technique de la reformulation, l'utilisation des silences
- L'articulation entre émotions et besoins satisfaits ou non satisfaits
- L'apport de la communication non violente dans la relation écoutant écouté (limites)

Approche pédagogique

Au cours de cette formation, nous utiliserons différents outils permettant échanges et travaux en sous-groupes et individuels.

La démarche pédagogique associe :

- Eclairages conceptuels, des exercices et mises en situations individuelles, binômes,
- Retours d'expériences dynamiques par groupe,
- Apports d'outils et mise en œuvre d'exercices.
- Remise de supports stagiaires en lien avec le contenu mis en œuvre.
- Evaluation formative début et fin de formation professionnelle.

Publics

- Professionnels en relation avec un public
- Professionnels souhaitant développer le travail en équipe et la coopération avec des partenaires
- Public associatif

Prérequis

Aucun prérequis n'est nécessaire pour cette formation

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 de positionnement 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

Formation intra, les salariés ou membres de la structure sont conviés à la formation par le biais de la direction qui détermine la présence et l'inscription des stagiaires avant le démarrage de la formation. La liste des stagiaires sera notifiée sur la convention avant sa signature. Il n'y a pas de délai d'accès, formation intra.

Intervenante

Madame Noémie ALLENDER, formatrice en régulation non violente des conflits, certifiée à l'Université de Paix de Namur en gestion positive des conflits pour les jeunes.

Elle possède un master en ingénierie de la formation de formateur dans lequel elle a réalisé un mémoire sur la souffrance au travail des professeurs des écoles.

En lien avec la coordinatrice pédagogique Catherine DAVID, nordest@ifman.fr (06 27 53 02 39)
(nordest@ifman.fr)