

Formation professionnelle
Communiquer de manière constructive et non violente
Catégorie d'action : les fondamentaux

Mise à jour juillet 2024

Le Centre Associatif Boris Vian propose, en partenariat avec l'IFMAN Co, une formation professionnelle de 2 jours pour les professionnel·le·s souhaitant s'outiller pour favoriser le dialogue dans des situations de tensions ou de désaccord rencontrées dans le cadre professionnel.

Objectifs de la formation

Objectifs généraux :

La formation s'adresse à des professionnel·le·s souhaitant :

- améliorer leur communication relationnelle, vis-à-vis de leur public comme de leur entourage professionnel.
- dialoguer et trouver des issues constructives aux situations de tensions ou de désaccord, en s'appuyant sur la grille de la communication non violente

Objectifs pédagogiques :

A l'issue de la formation,

- savoir distinguer faits, émotions et opinions ;
- connaître les différentes émotions et leur fonctionnement ;
- utiliser les bases de la communication non violente lors de situations de tensions ou de désaccord.

Public et pré-requis :

Tout public, professionnel·le·s du champ de l'éducation, du social, de l'animation, de la santé, de la formation qui souhaite développer ses compétences de communication.

Aucune connaissance préalable n'est requise.

Formatrice

Marie SOKOLOVIC: formatrice pour l'Institut de recherche et de Formation du Mouvement pour une Alternative Non Violente depuis 7 ans.

Au-delà de sa propre expérience professionnelle, notamment en tant qu'infirmière, l'intervenante est validée formatrice par l'IFMAN suite à sa participation à une formation de formateur à la régulation non-violente des conflits.

Contenus (12h)

Accueil, démarrage

- Accueil, présentations, mise en place du cadre de travail
- Recueil des attentes et des situations concrètes

Les mécanismes en jeu dans les situations de communication

- Les dimensions du langage (expression verbale, non-verbale, posture corporelle...)
- Les éléments qui bloquent ou freinent la communication et ceux qui la favorisent

Les éléments d'une communication constructive et non-violente

- La distinction entre faits, émotions et opinions dans son mode d'analyse et d'expression
- La distinction entre l'acte et la personne
- Les processus émotionnels
- Les différentes émotions et leurs fonctions
- Le lien entre émotions et besoins
- Le processus de la communication non-violente et les 4 étapes

Mise en pratique

- La prise de distance avec les émotions présentes : des clés pour les apaiser sa propre émotion et accueillir celle de l'autre
- La prise en compte des besoins de chacun
- Écouter sans juger ni se positionner
- S'affirmer sans agresser
- Un mode de communication qui cherche à clarifier les objets de désaccords, accueillir sentiments et émotions et identifier les besoins en jeu pour rechercher des ouvertures, des issues satisfaisantes pour chacun

Bilan, régulation, évaluation et mise en perspectives

Déroulé

Jour 1	1h45	Accueil, démarrage, présentations, cadre relationnel. Positionnement à l'entrée en formation sur les compétences, attentes. Introduction à la communication : exercice. Collecte de 3 situations-problèmes sur la communication relationnelle.
	1h	Exercice « à chacun son émotion » . Apports sur les processus émotionnels .
	3h	Communication non-violente : exercice d'introduction. Application sur les situations collectées avec alternance d'apports sur les points de vue et le processus de la communication non-violente. Régulation de fin de journée.

CENTRE ASSOCIATIF BORIS VIAN - SERVICE DE FORMATION HEMIOLE

Adresse : 13, avenue Marcel Paul 69200 VENISSIEUX. Tel : 04 72 50 09 16. Courriel : contact@cabv.com

Association agréé jeunesse et Education populaire accordée N° 69D226 par arrêté du 06/12/2004

N° SIRET 77975924000038 NO RNA W691061250 code APE 9499Z

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 82 69 12874 69 auprès du préfet de région de Rhône-Alpes

Jour 2	3h	<p>Accueil et retours sur la première journée.</p> <p>Consolidation sur le processus et notamment sur les besoins / solutions.</p> <p>Travaux sur la communication en situation difficile : apaiser les émotions, écoute empathique.</p> <p>Radar intérieur avant la pause de midi (centrage et attention portée à soi).</p>
	3h	<p>Approfondissements sur la communication (à adapter aux besoins du groupe) :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jeu des étiquettes et question du jugement, - Apaiser mes propres émotions : échanges, exercices et apports, - Exercice de mise en pratique final : savoir exprimer un désaccord sans générer de l'agressivité ou un système de défense, et savoir recevoir un message sans interprétations personnelles. <p>Évaluation, bilan écrit et oral</p>

Modalités pédagogiques

Démarche pédagogique :

La démarche pédagogique des formatrices de l'IFMAN invite à l'implication des participant·e·s. La formation associe étroitement la réflexion théorique à l'étude de situations concrètes issues du vécu professionnel du groupe.

Moyens pédagogiques :

Les moyens pédagogiques sont variés et vivants, la formatrice les adapte en fonction de la dynamique de groupe et des contenus abordés :

- Les apports théoriques et parfois méthodologiques
- L'expérimentation pratique : sur la base d'exercices, elle permet de travailler à partir du vécu des participants, de prendre conscience des interactions et de s'entraîner à de nouvelles attitudes.
- Les mises en situation : une place importante leur est donnée car elles permettent d'étudier des situations concrètes présentées par les participants.
- Le partage d'expérience : l'écoute et l'échange entre les participant·e·s contribuent à la dynamique de la formation.

Cadre de fonctionnement

Le respect, la confidentialité et la libre implication sont proposés comme règles de fonctionnement.

CENTRE ASSOCIATIF BORIS VIAN - SERVICE DE FORMATION HEMIOLE

Adresse : 13, avenue Marcel Paul 69200 VENISSIEUX. Tel : 04 72 50 09 16. Courriel : contact@cabv.com

Association agréée jeunesse et Education populaire accordée N° 69D226 par arrêté du 06/12/2004

N° SIRET 77975924000038 NO RNA W691061250 code APE 9499Z

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 82 69 12874 69 auprès du préfet de région de Rhône-Alpes

Supports pédagogiques

Des fiches pédagogiques distribuées en cours de session ou remises en fin de stage permettant aux participant·e·s de garder une trace des repères travaillés.

Suivi et modalités d'évaluation

Un taux de présence effectif de 80% du ou de la participant·e est requis pour valider la formation.

Le travail d'évaluation proposé repose sur différents niveaux d'évaluation :

- **Des temps d'évaluation-régulation**

Au travers des temps quotidiens de régulation une place importante est donnée à l'échange au sein du groupe, pour permettre à chacun de bien se situer dans le processus de formation. C'est l'occasion pour chacun et pour le groupe d'exprimer des demandes ou des gênes afin que la formatrice puisse éventuellement proposer des ajustements.

- **Un temps d'évaluation individuelle**

Une fiche évaluation des compétences est travaillée sur la base d'une auto-évaluation afin que chacun puisse identifier individuellement sa progression.

- **Une évaluation-bilan finale**

Les participant·e·s sont invité·e·s à remplir une fiche évaluation de satisfaction par rapport à la formation. Ce document est à destination de la formatrice de l'IFMAN pour évaluer sa prestation ainsi qu'au CABV.

Ensuite, un tour de table est organisé, au cours duquel chaque participant exprime son avis sur le contenu et le déroulement de la formation (le commanditaire de la formation a la possibilité de se joindre à ce temps).

Suivi de la formation

À l'issue de la formation, seront remis :

- À chaque participant·e : une attestation de formation (présence et compétences travaillées)
- Aux commanditaires (employeurs) : un questionnaire d'évaluation

Modalités organisationnelles

Taille du groupe

La formatrice intervient pour un groupe de 6 à 12 participant·e·s. Le nombre de participant·e·s au sein d'un même groupe est limité pour permettre à chacun d'être réellement pris en compte dans son expression, ses attentes et ses besoins.

Assiduité des participants :

La dynamique du groupe et la cohérence de la formation nécessitent d'être présent à l'ensemble de la session dès la première heure et de ne pas être sollicités pour d'autres activités pendant la formation. Si un·e participant·e doit être absent·e pendant une partie de la session, il ne peut la réintégrer sauf accord particulier négocié avec la formatrice.

CENTRE ASSOCIATIF BORIS VIAN - SERVICE DE FORMATION HEMIOLE

Adresse : 13, avenue Marcel Paul 69200 VENISSIEUX. Tel : 04 72 50 09 16. Courriel : contact@cabv.com

Association agréé jeunesse et Education populaire accordée N° 69D226 par arrêté du 06/12/2004

N° SIRET 77975924000038 NO RNA W691061250 code APE 9499Z

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 82 69 12874 69 auprès du préfet de région de Rhône-Alpes

Modalités pratiques :

Date et durée

Cette session de formation est organisée en 2 journées consécutives de 6h chacune, soit **12h de formation, les jeudi 10 et vendredi 11 octobre 2024.**

horaires : jeudi 10 octobre de 9h30 à 16h30 et le vendredi 11 octobre de 9h à 16h

Lieu de la formation

Centre associatif Boris Vian - 13 avenue Marcel Paul à Vénissieux.

Pause méridienne :

Repas du midi : à la charge des participant·e·s. Un four micro-onde, une réfrigérateur et un espace repas sont mis à disposition des participant·e·s.

Accessibilité :

Le lieu :

Le Centre Associatif Boris Vian est accessible aux personnes à mobilité réduite (rampe d'accès, ascenseur) et aux personnes déficientes visuelles (bandes de guidage au sol).

La formation aura lieu dans notre salle de conférence du bas.

Aménagements spécifiques :

Nous nous efforçons de rendre nos formations accessibles à toutes et tous, et à trouver la meilleure solution afin que chacun puisse en bénéficier.

Chaque situation étant unique, nous les étudions toutes au cas par cas lors d'un échange individuel. Suite à cet échange, nous pourrions ainsi confirmer l'ensemble des possibilités d'accueil et vous permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions.

Dans le cas contraire, nous étudierons ensemble les orientations possibles.

Pour toutes vos questions, demandes concernant l'accessibilité de la formation vous pouvez prendre contact avec Mme Caroline SEIDOU (coordonnées dans la rubrique contact).

Modalités d'inscription à la formation :

Modalités :

Remplir un formulaire d'inscription comprenant un formulaire administratif et un questionnaire de positionnement qui a pour but de personnaliser au mieux la formation

La date limite pour s'inscrire : vendredi 27 septembre 2024

CENTRE ASSOCIATIF BORIS VIAN - SERVICE DE FORMATION HEMIOLE

Adresse : 13, avenue Marcel Paul 69200 VENISSIEUX. Tel : 04 72 50 09 16. Courriel : contact@cabv.com

Association agréé jeunesse et Education populaire accordée N° 69D226 par arrêté du 06/12/2004

N° SIRET 77975924000038 NO RNA W691061250 code APE 9499Z

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 82 69 12874 69 auprès du préfet de région de Rhône-Alpes

Délai d'accès

À réception, un membre de l'équipe du CABV prendra contact sous 8 jours pour valider l'inscription (dans la limite des places disponibles) et établir la convention de formation. Les informations pratiques concernant la formation seront communiquées une dizaine de jours avant le démarrage.

Coût de la formation:

Montant de la formation pour les 2 journées : 600 euros

Ce montant ne comprend que le coût pédagogique et ne couvre ni les frais d'hébergement ni les frais de restauration.

Le CABV est certifié Qualiopi, une demande de prise en charge peut donc être faite auprès de votre OPCO.

Si vous souhaitez être accompagnée dans vos démarches, vous pouvez nous contacter (coordonnées dans le paragraphe contact).

Contact

Pour plus de renseignements vous pouvez prendre contact avec Caroline SEIDOU

Centre associatif Boris Vian

13, avenue Marcel Paul – 69200 Vénissieux

04 72 50 09 16 ou 06 27 46 13 64

direction@cabv.com

CENTRE ASSOCIATIF BORIS VIAN - SERVICE DE FORMATION HEMIOLE

Adresse : 13, avenue Marcel Paul 69200 VENISSIEUX. Tel : 04 72 50 09 16. Courriel : contact@cabv.com

Association agréé jeunesse et Education populaire accordée N° 69D226 par arrêté du 06/12/2004

N° SIRET 77975924000038 NO RNA W691061250 code APE 9499Z

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 82 69 12874 69 auprès du préfet de région de Rhône-Alpes