

SE FORMER AUX GRANDES APPROCHES RELATIONNELLES

Se former aux grandes approches d'accompagnement

SENSIBILISATION : COMMUNIQUER DE MANIÈRE BIENVEILLANTE ET RESPONSABLE AVEC LA COMMUNICATION NONVIOLENTE (CNV)

PUBLICS

- Tout professionnel en situation d'interaction qui souhaite développer un climat de travail constructif et respectueux des individus
- Tout professionnel de l'accompagnement psychosocial qui souhaite enrichir sa pratique avec les apports de la CNV
- Toute personne en reconversion qui souhaite développer des compétences dans ce domaine en lien avec un projet défini

OBJECTIFS

Ce stage d'introduction vise à sensibiliser les participants à ce mode de communication de manière à pouvoir progressivement le mettre en pratique dans son environnement et à :

- Déceler comment l'on se prend dans certains pièges et percevoir clairement ce que nous pouvons modifier dans notre attitude, notre expression, notre écoute
- Trouver la voie d'échanges profonds, dynamiques et créatifs – si tel est ce que nous souhaitons
- Découvrir petit à petit notre pouvoir personnel et devenir plus vivants
- Acquérir un instrument de médiation et de résolution de conflits extrêmement efficace
- Contribuer à promouvoir un dialogue ouvert, une compréhension mutuelle et davantage d'harmonie en nous et autour de nous

CONTENU

Ainsi, les participants découvriront :

- L'observation d'un événement sans émettre de jugement sur celui-ci ni l'évaluer
- La différence entre pensées et sentiments
- L'expression des besoins et des désirs
- La pratique d'une qualité d'écoute qui permette d'entendre les vœux d'autrui et leurs besoins sans les juger
- La pratique de l'auto-empathie pour clarifier ce qui se passe en soi
- La différence entre demander et exiger
- La formulation des demandes dans un langage d'action concret, positif et réalisable
- La compréhension du « non » en CNV
- L'expression de la gratitude

28h – 4 jours