

---

## PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE

### **Module 2 : Ouverture au dialogue (2j) - Coursus 6j Bases (2/3)**

**2 jours - 14,00 heures**

#### Public visé

Ce cursus des bases de la CNV (6 jours) dans la relation de coaching, de soin et d'accompagnement s'adresse à toute personne qui souhaite s'initier à la « Communication NonViolente » pour la pratiquer dans leur activité de coaching ou d'accompagnement : médiateurs, formateurs, psychologues, thérapeutes, soignants, travailleurs sociaux, diététiciens, kinésithérapeutes.... Tout professionnel ou bénévole dont l'écoute et l'accueil de la personne sont au centre de son activité.

#### Pré-requis

Sans prérequis pour le module 1, les modules (1, 2 et 3) de ce parcours sont progressifs. Pour participer au module supérieur, le stagiaire devra valider les modules précédents. Les attestations de participation aux modules prérequis seront demandées lors de l'inscription.

**Nature de l'action (article L.6313-CT)** : L'action suivie est une action de formation

#### Objectifs pédagogiques

Cette formation permet au-à la stagiaire de développer ses compétences relationnelles et comportementales.

La CNV est complémentaire avec beaucoup d'approches d'accompagnement et permet de bonifier chacune d'elle grâce à sa simplicité et le soin qu'elle porte à la qualité de la relation d'accompagnement. Très concrètement la CNV s'applique lors des situations suivantes :

- ✓ Les entretiens individuels, thérapies, coachings, bilans de compétences,...
- ✓ Les accompagnements de situations délicates, de personnes en fin de vie et leurs proches,
- ✓ La médiation, les gestions de conflits, les supervisions et analyse de pratiques,
- ✓ L'accueil de personnes en situation difficiles,
- ✓ L'écoute des clients et des équipes,
- ✓ L'animation de réunion de suivi,
- ✓ Les entretiens individuels, de fonctionnement et d'évaluation.

Le cursus « CNV dans la relation de coaching, de soin et/ou d'accompagnement » propose les bases en 3 modules, de manière à favoriser une intégration progressive des bases et de la pratique de la « Communication NonViolente ».



## **Il vise à permettre aux stagiaires de :**

- ✓ Créer un lien de confiance et de proximité nécessaire à l'évolution de la situation et de la personne tout en se préservant et gardant une relation professionnelle,
- ✓ Comprendre les états émotionnels de chacun à partir des besoins,
- ✓ Ecouter les émotions/sentiments et besoins/valeurs comme des leviers d'évolution,
- ✓ Créer de l'authenticité et du respect dans les relations interpersonnelles,
- ✓ Accompagner la personne vers plus d'autonomie dans son évolution,
- ✓ Prendre soin de soi pour être pleinement disponible à la personne accompagnée
- ✓ Accompagner des situations difficiles ou avec un enjeu
- ✓ Exprimer un refus tout en gardant le dialogue et en restant attentif au besoin de chacun
- ✓ Faire un Feedback, en tenant compte des besoins de la personne qui le reçoit,
- ✓ Exprimer et recevoir pleinement une reconnaissance ou une gratitude
- ✓ Prendre du recul et savoir se ressourcer.

## **Contenu de la formation (en demi-journée)**

Le module 1 est regroupé avec les modules 2 et 3. Les 3 modules sont donc indissociables.

Vous ferez les 3 modules avec le même groupe de participant.e.s.

Ce cursus ne s'adresse pas aux personnes ayant déjà effectué les bases de la CNV.

## **MODULE 2 : L'écoute de l'autre et l'authenticité dans la relation**

- ✓ Clarifier mon intention : avoir raison ou entrer en relation ?
- ✓ Approfondir l'auto-empathie, à travers la conscience des besoins, ressentir les effets sur soi et sur l'autre.
- ✓ Faire la différence entre l'empathie et d'autres manières d'être en relation (ex : la sympathie)
- ✓ S'exercer à l'écoute et à la reformulation empathique
- ✓ Les spécificités de l'accueil et de la reformulation des émotions et des besoins en CNV
- ✓ Formuler son point de vue avec clarté et authenticité,
- ✓ Susciter un dialogue fructueux en alternant expression de soi et écoute de l'autre.
- ✓ Développer sa créativité dans les manières de prendre soin de ses besoins.
- ✓ Découvrir l'importance de savoir se donner et échanger des appréciations pour nourrir l'estime de soi, le besoin de reconnaissance et soutenir la dynamique d'équipe.
- ✓ Se donner, exprimer et recevoir des remerciements sincères

## **JOUR 3**

### **MATINÉE 3**

- ✓ Retour sur expérience suite au Module 1
- ✓ Présentation du Module 2 et lien avec les attentes des participants
- ✓ Approfondissement de l'auto-empathie
- ✓ Les manières d'être en relation qui nous sont habituelles
- ✓ Découverte de nos intentions sous-jacentes dans l'utilisation de ces manières d'être en relation

### **APRÈS-MIDI 3**

- ✓ L'attitude empathique et l'intention sous-jacente à l'empathie
- ✓ Les spécificités de la relation d'accompagnement avec la CNV
- ✓ La reformulation axée sur les sentiments et besoins, base d'une écoute réelle et empathique
- ✓ La pratique des 4 étapes de la CNV dans l'accompagnement

- ✓ L'auto-empathie et l'empathie, leurs impacts sur soi (sa posture d'accompagnant), sur l'autre et donc sur la relation
- ✓ La reconnaissance et l'exploration des expériences positives en CNV

## **JOUR 4**

### **MATINÉE 4**

- ✓ L'expression authentique au service de l'accompagnement
- ✓ Les différentes demandes en Communication NonViolente
- ✓ La distinction entre demande et exigence
- ✓ L'intention à entrer en dialogue

### **APRÈS-MIDI 4**

- ✓ Le dialogue et l'accompagnement : équilibre entre l'expression, l'écoute et la reformulation empathique dans le respect des besoins de chacun et du cadre de l'accompagnement
- ✓ L'importance de la reconnaissance et de la gratitude, les exprimer et les recevoir pleinement
- ✓ Evaluation des acquis et clôture

*Ce programme est susceptible d'être vécu dans un ordre différent et/ou d'être adapté en fonction de la réalité du groupe. Ce programme est donc donné à titre indicatif.*

## **Les moyens d'encadrement**

La formation est animée et encadrée par un-e formateur-trice certifié-e ou pré-certifié-e du CNVC®. Il-elle pourra être assisté-e de formateurs-trices en cours de certification. Le CNVC® est le seul organisme habilité à délivrer des certifications en Communication NonViolente. La certification est renouvelée chaque année, sur la base d'un bilan écrit et d'une évaluation des activités et des formations.

La formation sera réalisée par

## **Modalités, moyens et outils pédagogiques**

La formation est construite de manière à permettre aux stagiaires d'être acteurs-trices de leur formation.

Elle propose les bases de la CNV en 3 modules de manière à favoriser une intégration progressive.

La Coop CNV adapte ses modalités pédagogiques aux objectifs de la formation et à ses stagiaires grâce à 3 démarches concomitantes :

- ✓ Conception d'un scénario pédagogique ; chaque étape est la plus petite possible en amont de la formation et ajustée au fur et à mesure,
- ✓ Alternance entre transmission auditive, visuelle et expérientielle,
- ✓ Enseignement basé sur des notions clefs.

La formation alterne ainsi :

- ✓ Apport théorique succinct
- ✓ Démonstration
- ✓ Débriefing de la démonstration avec complément d'apports sur le sens ou la méthodologie
- ✓ Pratique
- ✓ Débriefing de la pratique et dernier apport récapitulatif
- ✓ Mouvements corporels

Les démarches utilisées favorisent la mémorisation et la compréhension.

La formation se déroule en salle avec tout ou partie des supports suivants pour soutenir, illustrer et rythmer l'animation :

- ✓ Paperboard, feutres de couleurs différentes
- ✓ Jeux pédagogiques et jeux de rôles
- ✓ Affiches au sol, cartes, musique, livres, ardoises, cartes postales, pelotes de laine
- ✓ Consignes détaillées de jeux de rôle
- ✓ Supports personnels d'activité.

### Moyens techniques

La formation se déroulera dans une salle assez grande pour permettre à tous-tes les stagiaires et formateurs-trices d'être assis-es sur des chaises disposées en cercle. D'autres espaces pourront être utilisés pour les exercices en petits groupes.

Pour les personnes à mobilité réduite, nous sommes vigilants à ce que nos salles soient accessibles, merci de nous consulter au préalable.

Chaque stagiaire a un Extranet participant sur notre logiciel de gestion des formations « Dendreo ».

### Modalités d'évaluation et de suivi de l'action

#### **Évaluation des acquis des stagiaires :**

- ✓ Le stagiaire remplit en amont et après la formation, un questionnaire d'auto-évaluation de ses compétences. Cet auto-positionnement permet à l'apprenant de situer son niveau de compétences en lien avec les objectifs pédagogiques du programme et d'exprimer ses attentes. C'est également un moyen pour le formateur de prendre connaissance, en amont de la formation, du niveau de compétences de chacun et les attentes afin de préparer sa formation.
- ✓ Le-La formateur-trice évalue durant la formation les acquis de chaque stagiaire, en fonction les modalités de son choix (mise en situation, observation, Quiz...), et détermine si les compétences visées au programme sont « acquises », « en cours d'acquisition » ou « non acquises » par chacun.e.

#### **Évaluation de la satisfaction des stagiaires :**

- ✓ Un questionnaire de satisfaction « à chaud » est rempli à la fin de la formation par le stagiaire afin d'évaluer son niveau de satisfaction sur le contenu, la pédagogie, l'organisation et la logistique.
- ✓ Un questionnaire de satisfaction « à froid » est rempli 3 mois après la formation par les stagiaires.

Un certificat de réalisation et une attestation de compétences seront délivrés à l'issue de la formation.

### Modalités d'admission et délais d'accès

Les inscriptions se font en ligne via les sites internet [www.lacoopcnv.fr](http://www.lacoopcnv.fr), [www.cnvformations.fr](http://www.cnvformations.fr) qui vous orientent vers notre catalogue <https://catalogue.lacoopcnv.com/> où un formulaire d'inscription est à remplir. Nous vous adresserons un contrat ou une convention de formation.

Pour les particuliers, les inscriptions sont validées dans l'ordre d'arrivée des contrats et du règlement des arrhes.

Pour les entreprises, les inscriptions sont validées à réception de la convention signée.

Les inscriptions sont ouvertes dans la limite du nombre de places disponibles jusqu'à 7 jours avant le 1er jour de la formation. Notre catalogue <https://catalogue.lacoopcnv.com/> indique le nombre de places restantes. Si le stage est complet, nous vous proposerons une place en liste d'attente. Pour les demandes urgentes, n'hésitez pas à nous contacter.

### **Accessibilité de la formation aux personnes en situation de handicap**

Nous avons à cœur de favoriser l'inclusion des personnes en situation de handicap. Si vous êtes dans cette situation, nous sommes à votre écoute pour faciliter votre formation. Merci de nous consulter au préalable afin de prévoir une salle accessible aux personnes à mobilité réduite ou d'aménager le contenu et le support de formation à vos besoins.

N'hésitez pas à contacter Christelle Bottari, référente handicap : [christelle.bottari@lacoopcnv.com](mailto:christelle.bottari@lacoopcnv.com)