PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE

Déjouer la violence systémique pour vivre plus d'inclusion et d'équité (5j)

5 jours - 35,00 heures

Public visé

Cette formation s'adresse à toute personne intéressée à comprendre ce que sont les violences systémiques et les mécanismes discriminatoires pour agir en faveur de plus de justice et d'équité dans son environnement professionnel et citoyen, pour véritablement incarner l'intention du processus de CNV : vivre dans un monde ou les besoins de chacun.e sont entendus, reconnus et satisfaits.

Pré-requis

Avoir suivi les 3 modules de base à l'introduction à la CNV (soit 6 jours) avec un-e formateur-trice certifié-e du CNVC

L'attestation de participation au module prérequis sera demandée lors de l'inscription ou un entretien avec la formatrice lui permettra de voir vos acquis.

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

Objectifs pédagogiques

Cette formation permet de développer ses compétences relationnelles et comportementales.
Objectif général :
Acquérir les compétences pour comprendre et déjouer les violences systémiques et participer à plus de justice et d'équite

Objectifs pédagogiques :
Cette formation permet aux stagiaires de :

- ✓ Nommer les mécanismes discriminatoires
- ✓ Expliquer leur construction historique
- ✓ Identifier les conséquences des mécanismes discriminatoires sur nos vies et environnements directs, sur la société
- ✓ Lister ce que sont les/nos privilèges et oppressions
- ✓ Définir les notions de pouvoir sur / sous / de / avec
- ✓ Pratiquer l'exercice du pouvoir de et du pouvoir avec
- ✓ Nommer nos émotions : peurs, honte, culpabilité, impuissance, colère...
- ✓ Identifier les éléments de langage, modes de pensées et comportements exclusifs et inclusifs
- ✓ Définir ce qu'est l'empathie à une personne et l'empathie systémique

- ✓ Pratiquer l'empathie à une personne et l'empathie systémique
- ✓ Définir ce qu'est l'expression en tant que personne et l'expression systémique
- ✓ Pratiquer l'expression en tant que personne et l'expression systémique
- ✓ Nommer quelques actions au service de la transformation sociale afin que les besoins de tous tes soient mieux entendus, reconnus, satisfaits
- ✓ Clarifier les étapes d'un feed back
- ✓ Pratiquer le feed back

Contenu de la formation (en demi-journée)

JOUR 1

MATINÉE 1

- ✓ Inclusion
- ✓ Célébrations et deuils pour amorcer les prises de conscience en lien avec :
  - comment sont créés les systèmes d'oppression
  - que sont les violences systémiques

APRÈS-MIDI 1

- ✓ Conscientisation :
  - de nos croyances et pensées intériorisées et langages qu'elles induisent
  - des stéréotypes et biais impensés
- ✓ Temps de connexion et de compassion pour chacun.e

JOUR 2

MATINÉE 2

- ✓ Expression de nos inconforts : colère, tristesse, peurs, désespoir… en lien avec les informations et conscientisations de la veille
- ✓ Temps d'accueil des personnes et de ce qu'elles ont entendu, dit

APRÈS-MIDI 2

- ✓ Conscientisation de nos privilèges

JOUR 3

MATINÉE 3

- ✓ Passer de la culpabilité à la responsabilité individuelle et systémique

APRÈS-MIDI 3

- ✓ Nos rapports avec le pouvoir (pouvoir avec / pouvoir sur) (partage dans la vie, dans nos réseaux et là dans le groupe) et prise de responsabilité
- ✓ Nos rapports avec le pouvoir (pouvoir avec / pouvoir sur) (partage dans la vie, nos réseaux et là dans le groupe) et prise de responsabilité

JOUR 4

MATINÉE 4

- ✓ A la rencontre de nos images d'ennemis
- ✓ Rituels de pardon

APRÈS-MIDI 4

- ✓ Développer notre posture d'allié.e en situation
  - écoute empathique des personnes en situation d'oppression : empathique personne / systémique

- expression systémique des personnes en situation d'oppression

JOUR 5

MATINÉE 5

- ✓ Penser l'après
  - création de nouveaux récits collectifs et individuels
  - mise en place d'un cercle de soutien

APRÈS-MIDI 5

- ✓ Temps de feed back
- ✓ Clarifier son plan d'action
- ✓ Bilan de stage

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 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 est réalisée par **Sophie Rousseau**, formatrice certifiée du CNVC® et **Anne Perriard**

Sophie Rousseau exerce comme coach certifié Académie du coaching, formatrice en management et communication, médiatrice et facilitatrice d'évènements en intelligence collective ; elle est certifiée en Communication NonViolente© par le CNVC.
Engagée comme citoyenne vers une société plus écologique et humaine, elle a particulièrement à cœur d'accompagner les organisations et collectifs vers le « bien être et faire ensemble ». Elle propose une approche qui prend en compte les dimensions postures, outils et gouvernance. En matière de posture, elle partage cet art de vivre qu'est la Communication NonViolente©. L'intention est de créer une qualité de relation à soi-même et aux autres qui permet la reconnaissance des besoins mutuels et l'émergence de solutions qui conviennent à chacun.e.Pour la partie outils, elle privilégie ceux qui favorisent la coopération et collaboration : jeux cadres de Thiagi, réunions déléguées d'Alain Cardon, Chapeaux de Bono, Forum Ouvert, World café
En gouvernance, elle s'appuie sur des approches telles que la sociocratie, l'holacratie, les principes du vivre ensemble de Diana Leafe Christian et son vécu notamment comme premier lien de Colibri, mouvement citoyen inspiré par Pierre Rabhi et celui de premier lien de l'Association Française des Formateurs en CNV, association dans laquelle a contribué à la structuration de la gouvernance partagée.
Dans les 20 premières années de sa vie professionnelle, elle a exercé :

- 10 dans les métiers de la communication interne et externe comme consultante ; elle accompagnait les entreprises dans la mise en place de leurs stratégies et plans d'actions de communication
- 10 ans comme directrice commerciale puis directrice adjointe de Théâtre à la Carte, entreprise qui propose le théâtre comme outil de communication et de formation. Elle a ainsi rempli des missions très variées, notamment accompagner le développement à l'international, réfléchir et faire adhérer aux orientations stratégiques, recruter, manager, créer de la cohésion entre intermittents du spectacle et consultants /commerciaux.

Quelques références actuelles : Arcadie (Cook, l'Herbier de France), Centre Médico-Psychologique d'Aubenas, Hôpital Sainte-Marie de Privas, LPED Marseille (laboratoire de recherche), Université du Nous, Urbanis (société de conseil Habitat digne et durable)
Formée en facilitation et en médiation, **Anne Perriard** travaille comme sociologue enseignante-chercheuse dans le domaine des relations de pouvoir. Dans ses recherches, elle étudie les processus favorisant le passage d'une posture de domination à une posture de coopération. Elle a développé des outils d'analyse des relations de pouvoir et les transmet dans des cours et des conférences destinés à des publics variés. Ces outils renseignent sur différentes formes de pouvoir (pouvoir sur, pouvoir de domination, pouvoir avec, pouvoir de, pouvoir sous, pouvoir du dedans, pouvoir social etc.) et empruntent autant à la sociologie qu'à la Communication NonViolente ou à la gouvernance partagée. Elle œuvre aussi à la création d'outils pédagogiques soutenant la conscientisation et la transformation des différents systèmes d'inégalités, comme le sexisme, le racisme, le validisme ou encore l'âgisme.

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.

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 adaptés aux situations rencontrées par le public
- ✓ 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 des 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, 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. Pour les demandes urgentes, n'hésitez pas à nous contacter.
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.

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