
PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE

Intégration de la CNV dans la relation d'accompagnement (12,5j) / Suivi de l'APP, le groupe de pratique (5j-10 séances)

10 jours - 35,00 heures

Public visé

Ce cursus d'intégration de la CNV dans la relation d'accompagnement s'adresse à toute personne impliquée de manière professionnelle ou bénévole dans la relation d'accompagnement, désireuse de renouveler son approche par l'écoute empathique, de revisiter et redéfinir son positionnement.

Cette formation d'approfondissement est dédiée aux professionnels de santé, psychologues, thérapeutes, travailleurs sociaux, diététiciens, naturopathes, kinésithérapeutes, coach individuel ou d'équipe, superviseurs, intervenant pour les risques psychosociaux, responsable RH, médiateurs, formateurs, ...

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.

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

Après l'enthousiasme de la découverte de la CNV et les premiers résultats souvent très encourageants l'expérience montre que ce n'est pas si facile de la mettre en œuvre dans notre quotidien professionnel, ni personnel.

Ce cursus se place dans la perspective d'un accompagnement sur la durée pour les personnes qui veulent intégrer la CNV dans leur vie professionnelle, à la fois dans la dimension d'accompagnement et de la vie d'équipe.

Les secteurs concernés sont nombreux, secteur social et de la santé, gestion des ressources humaines en entreprise ou dans le secteur éducatif, coaching...

Les Domaines d'applications

La formation décrite ci-dessous ouvre la possibilité à chacun de conjuguer la CNV avec son approche de base ou habituelle dans les situations suivantes :



- ✓ L'accompagnement individuel et la relation d'aide
- ✓ Le coaching individuel et d'équipe
- ✓ Les consultations médicales ou paramédicales
- ✓ Les groupes de paroles, les analyses de pratiques, les supervisions
- ✓ La gestion des conflits et la médiation.
- ✓ L'enseignement

La Communication NonViolente dans le domaine de l'accompagnement

D'après Carl Rogers et les psychologues humanistes, c'est avant tout la qualité de la relation d'accompagnement qui permet le changement. La formation proposée ici s'appuie sur les découvertes et les expériences de Marshall Rosenberg en ce qui concerne l'écoute spécifique de l'accompagnateur. Son écoute est en effet totalement centrée sur l'autre tout en étant également centré en lui même afin de rester en contact avec ses propres perceptions et intention pour un accompagnement bienveillant et authentique. A partir de cette posture de base, l'accompagnateur dirige son attention empathique sur la découverte des besoins qui animent la personne et qui sont les leviers de son évolution. Acquérir et s'entraîner à cette compétence présente un réel défi et nécessite d'intégrer le processus. Cette approche permet un accompagnement à la fois proche et dans le respect de l'intégrité, du rythme et de l'autonomie de la personne.

Il s'agit d'approfondir la CNV à travers différentes facettes, notamment corporelle, dans la perspective de gagner en congruence et en sûreté pour l'appliquer, la vivre au quotidien. Chaque module comporte un espace d'application de la CNV à soi, afin d'expérimenter pour soi, l'effet de la CNV, avant d'entrer dans l'accompagnement d'autrui, en cabinet ou en milieu professionnel.

Ce cursus est également utile comme préalable au Cours de Praticien en accompagnement individuel ainsi qu'à l'entrée dans le parcours de certification CNV.

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

Quels sont les bénéfices que chacun peut attendre de cette formation ?

Pour chacun individuellement

- ✓ Plus de clarté dans son positionnement et de préservation de son énergie tout en augmentant sa concentration et sa présence dans les accompagnements
- ✓ Une diminution du stress et de l'épuisement professionnel, grâce à la reconnaissance et à la prise en considération de ses propres besoins et de son rythme, avec une meilleure gestion de ses ressources.
- ✓ Plus d'attention et d'épanouissement dans son travail et dans sa vie quotidienne.

Dans les relations accompagnant-accompagnés

- ✓ Une nette augmentation de la satisfaction mutuelle dans la relation d'accompagnement (qualité d'écoute et authenticité de l'accompagnant)
- ✓ Une relation de confiance où chacun est à sa juste place avec de la clarté sur les responsabilités mutuelles.
- ✓ Un gain de temps grâce à une compréhension plus rapide des besoins de chacun et des enjeux.
- ✓ Dans le domaine de la santé, une diminution sensible des malentendus et donc de l'agressivité et des plaintes médico légales.

Dans la relation au sein des équipes

- ✓ Une augmentation de la sécurité de tout un chacun dans l'équipe ou le groupe permettant une ouverture à l'accueil de la parole de chacun dans les supervisions, analyses de pratique, réunions, formations, ...
- ✓ Une diminution des non-dits en équipe et donc des tensions et conflits
- ✓ Une responsabilisation de chacun et de l'autonomie dans la gestion des tensions voir des conflits
- ✓ Une plus grande créativité, coopération, cohésion efficacité et satisfaction dans les réunions, supervisions, etc

Contenu de la formation (en demi-journée)

Engagement demandé

Pour favoriser les apprentissages avec le soutien du groupe des pairs, un engagement est demandé pour l'ensemble des 12,5 jours de formation.

La participation aux séances d'analyse de la pratique professionnelle, APP, le groupe de pratique, est également conditionnée à l'inscription aux 10 séances annuelles.

Contenu de la formation (en demi-journée)

Chaque module comporte des temps d'auto-empathie, d'écoute empathique, de théorie et beaucoup de pratique. La dimension dynamique de groupe y est très présente.

L'analyse de la pratique professionnelle APP, le groupe de pratique

Un cycle de 10 demi-journées d'analyse de la pratique professionnelle APP ou groupe de pratique complète ce cursus chaque année, permettant un suivi de l'intégration de chacun dans sa pratique et un approfondissement des différents thèmes et processus abordés à travers les modules ci-dessus présentés. Ces demi-journées permettent à la fois une relecture et un ressourcement, chacun pouvant exposer les difficultés rencontrées dans son exercice, recevoir un temps d'écoute empathique et pratiquer pour continuer d'intégrer, à partir des situations apportées par les participants.

SÉANCE 1

Objectifs

- ✓ Consolider ses capacités d'auto-empathie, base de l'accueil inconditionnel et du lien avec ses propres ressources
- ✓ Consolider ses capacités à donner des feedback constructifs et à en recevoir

Contenu

- ✓ L'auto-empathie
- ✓ Le positionnement de l'accompagnant : s'exercer à trouver la juste distance, le discernement et la lucidité grâce à l'auto-empathie et l'accueil inconditionnel de soi
- ✓ Les feedback constructifs et l'authenticité

SÉANCE 2

Objectifs

- ✓ Se donner de la reconnaissance et de la gratitude authentique
- ✓ Consolider ses capacités à donner des feedback constructifs et à en recevoir

Contenu

- ✓ Le processus CNV : reconnaissance et gratitude à soi dans la relation d'accompagnement - base de la construction de l'estime de soi et de la confiance dans la vie
- ✓ Les feedback constructifs et l'authenticité

SÉANCE 3

Objectifs

- ✓ Consolider ses capacités empathiques
- ✓ Consolider ses capacités à donner des feedback constructifs et à en recevoir

Contenu

- ✓ L'empathie, telle que proposée par la CNV, la base de la relation à l'autre et de la possibilité d'une confiance mutuelle nécessaire pour l'accompagnement.- "Le lien qui guérit" d'après C.Rogers - cas particuliers et exercices
- ✓ Les feedback constructifs et l'authenticité

SÉANCE 4

Objectifs

- ✓ Donner et/ou recevoir de la reconnaissance et de la gratitude authentique
- ✓ Consolider ses capacités à donner des feedback constructifs et à en recevoir

Contenu

- ✓ Le processus CNV : reconnaissance et gratitude dans la relation d'accompagnement - base de la construction de l'estime de soi, et la confiance dans la vie et en l'autre
- ✓ Les feedback constructifs et l'authenticité

SÉANCE 5

Objectif

- ✓ Consolider ses capacités à exprimer ou recevoir des refus avec bienveillance et ouverture
- ✓ Consolider ses capacités à donner des feedback constructifs et à en recevoir

Contenu

- ✓ Exprimer ou recevoir des refus
- ✓ Les feedback constructifs et l'authenticité

SÉANCE 6

Objectifs

- ✓ Consolider ses aptitudes à exprimer une colère au service de la relation
- ✓ Consolider ses capacités à donner des feedback constructifs et à en recevoir

Contenu

- ✓ L'expression d'une colère, avec empathie pour soi et pour l'autre
- ✓ Les feedback constructifs et l'authenticité

SÉANCE 7

Objectifs

- ✓ Evaluer quand lâcher certaines attentes et en faire le deuil et accepter les réalités, tout en étant authentique et en prenant soin de soi
- ✓ Dire sa limite
- ✓ Consolider ses capacités à donner des feedback constructifs et à en recevoir

Contenu

- ✓ Expression authentique et deuil de certaines de ses attentes
- ✓ Dire sa limite
- ✓ Les feedback constructifs et l'authenticité

SÉANCE 8

Objectifs

- ✓ Consolider ses capacités à transformer la culpabilité et à apprendre à partir de ses erreurs au quotidien
- ✓ Consolider ses capacités à donner des feedback constructifs et à en recevoir

Contenu

- ✓ La transformation de la culpabilité
- ✓ Les feedback constructifs et l'authenticité

SÉANCE 9

Objectifs

- ✓ Accueillir ses regrets, afin de retrouver confiance et estime de soi
- ✓ Consolider ses capacités à donner des feedback constructifs et à en recevoir

Contenu

- ✓ Accueillir sa vulnérabilité, son humanité et reconstruire la confiance et l'estime de soi
- ✓ Les feedback constructifs et l'authenticité

SÉANCE 10

Objectifs

- ✓ Transformer des croyances limitantes en croyances choisies et aidantes
- ✓ Consolider ses capacités à donner des feedback constructifs et à en recevoir

Contenu

- ✓ Les croyances limitantes
- ✓ Les feedback constructifs et l'authenticité

Ce programme est susceptible d'être vécu dans un ordre différent et/ou d'être adapté en fonction de la réalité du groupe et de ce qui est présent dans l'instant. 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 sera réalisée par Sabine FEUILLET

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
- ✓ 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. Les séances d'analyse de la pratique professionnelle APP, le groupe de pratique, pourront s'effectuer en visio.

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, 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