
PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE

Approfondissement de la Communication NonViolente

3 jours - 21,00 heures

Public visé

Cette formation s'adresse à tout public et à tout-e professionnel-le qui occupe un poste impliquant des relations interpersonnelle

Pré-requis

Avoir participé à la Journée de Sensibilisation à la CNV

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

Objectifs pédagogiques

Découvrir l'approche proposée par la Communication NonViolente, de Marshall Rosenberg, et son intérêt au service de l'entreprise.

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

Les objectifs de cette formation sont de :

- ✓ savoir construire un cadre de confiance en équipe
- ✓ identifier à titre personnel ses propres difficultés en termes de communication et ses domaines de progression
- ✓ repérer globalement les sources de malentendus et de conflits dans le langage courant
- ✓ clarifier dans les difficultés rencontrées les faits en faisant la part des interprétations de ce qui est en jeu en termes de besoins et à formuler des demandes permettant de s'assurer de la manière dont le message a été perçu s'entraîner à donner des retours constructifs en cas d'erreur de manière constructive ; Travailler les peurs à oser dire en apprenant comment dire
- ✓ entendre derrière les critiques, reproches ou plaintes les besoins de la personne
- ✓ engager un dialogue fructueux
- ✓ développer l'écoute empathique
- ✓ apprendre à demander du soutien
- ✓ consolider la dynamique de l'équipe en accordant davantage d'importance à ce qui fonctionne bien.



Contenu de la formation (en demi-journée)

Les 3 jours de formation permettent de découvrir les bases de la CNV et d'ancrer, par la pratique, leurs compétences relationnelles.

JOUR 1

MATINÉE 1

- ✓ Les principes de la communication non violente et ses possibilités d'application au quotidien

APRÈS-MIDI 1

- ✓ Le déroulement des 4 étapes : Observation, Sentiment, Besoin et Demande,
- ✓ et leurs différenciations-clés

JOUR 2

MATINÉE 2

- ✓ Le fonctionnement d'une communication – Ecoute et Expression – à la fois claire, respectueuse et constructive

APRÈS-MIDI 2

- ✓ Savoir exprimer une information difficile à entendre, dire « non » et accueillir un « non » en préservant la confiance et la relation

JOUR 3

MATINÉE 3

- ✓ Exprimer de la reconnaissance et de la gratitude pour les réussites et les actes qui donnent satisfaction
- ✓ et exprimer des demandes visant à des améliorations

APRÈS-MIDI 3

- ✓ Les éléments qui favorisent la pratique de ce processus (clarification des intentions, auto-empathie, respect de l'autre et de son rythme, choix du moment, du lieu et du contenu)

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 sera réalisée par

Modalités, moyens et outils pédagogiques

La découverte de la CNV se fait par l'expérience et suppose une implication des participants.

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 propose une alternance de temps :

- ✓ d'expérimentation à partir des situations des participants,
- ✓ de partage des expériences,
- ✓ de mises en lien avec l'application concrète au quotidien,
- ✓ et d'informations théoriques.

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 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

Toute demande de formation intra-entreprise donne lieu à l'émission d'un devis détaillé, dont la durée de validité est de 90 jours à compter de la date d'envoi.

Contactez-nous pour obtenir votre devis sur-mesure.

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