



La communication non violente : communiquer autrement

Cette formation permettra aux professionnel-le-s d'appréhender le concept de COMMUNICATION NON VIOLENTE et d'en utiliser la méthode afin de faciliter les relations au quotidien en particulier avec les familles qu'ils ou elles accompagnent dans le cadre de leurs missions respectives.

Public cible :

Professionnel·les du secteur éducatif, social et médicosocial

Prérequis :

Aucun prérequis n'est exigé pour suivre cette formation

Objectifs

- Cerner le concept de communication non violente
- Découvrir l'importance des émotions dans notre communication quotidienne
- Transmettre un message clair et efficace
- Savoir exprimer son besoin et apprendre à découvrir le besoin de l'autre
- Utiliser une communication compréhensible par tous
- Trouver une solution gagnant-gagnant pour chacun

Programme de la formation

1^{ère} journée

Reconsidérer sa façon de s'exprimer, d'écouter et d'entrer en relation

- Les préjugés / les jugements / les interprétations
- Une relation respectueuse de soi et de l'autre grâce à l'assertivité
- Connaître les 4 phases de la démarche CNV, leurs effets sur la qualité des échanges

Atténuer l'impact émotionnel d'une situation délicate

- L'influence des émotions (négatives) sur notre capacité d'appréciation
- Découvrir la palette des émotions
- Identifier, exprimer, comprendre nos émotions pour mieux les utiliser



2^{ème} journée

Reconnaître ses propres besoins sans les projeter sur l'autre

- La prise de conscience de son besoin
- Rechercher chez soi les besoins authentiques pour les formuler

Présenter une demande qui soit acceptable pour l'autre

- Les caractéristiques d'une demande acceptable et compatible avec mes besoins

Prendre en compte la réaction de son interlocuteur

- La reconnaissance de l'émotion et du besoin de l'autre
- Développer une écoute empathique

Transformer les conflits en dialogue

- Trouver une solution gagnant-gagnant pour chacun des interlocuteurs

Bilan et clôture

- ✓ Mise en application de tous ces outils à travers des études de cas définies par les participants (mise en perspective des expériences passées avec le déploiement des nouveaux outils – exercice de capitalisation) :
- ✓ Synthèse des différents cas d'application et de scénarios de déploiements possibles des outils
- ✓ Appui à la définition de plan d'actions

Méthodes pédagogiques

- Pédagogie expositive, active et interrogative
- Étude de cas et analyse de situations professionnelles réelles
- Apports théoriques et méthodologiques
- Mises en situation ; travail en sous-groupes, jeux de rôles
- Facilitation pour faire émerger l'intelligence collective
- Supports vidéo

Modalités d'évaluation des acquis d'apprentissage

La validation des acquis se fait tout au long de la formation au travers d'exercices d'application et d'études de cas.

Dates de la formation

06 et 07 mars 2025

Formatrice

Laetitia GANGLOFF, formatrice, conférencière, coach dont l'approche méthodologique est basée sur les Neurosciences (via entre autres l'Approche Neurocognitive et Comportementale), la Psychologie Positive / Education Positive et la Communication Non-Violente.

Epe-lorraine.fr

1 rue du Coëtlosquet – 57000 Metz

Tél. **03 87 69 04 87** - Email : contact@epe-lorraine.fr

Association loi 1908 - Membre de la Fnepe, association reconnue d'utilité publique - Siret : 78 000 532 800 015 - Code NAF : 8899B
Organisme de Formation certifié Qualiopi - Numéro de Déclaration d'Activité (NDA) : 41 57 00075 57