INTRODUCTION À LA COMMUNICATION NON VIOLENTE AU SEIN D'UN COLLECTIF

Programme générique en date du 15 juin 2023. Il peut être adapté à vos besoins.

Présentation générale

Vous avez développé un collectif - association, entreprise, équipe d'indépendants - et menez ensemble des actions telles que la mutualisation d'outils, l'élaboration et le déploiement d'une stratégie commune, un changement de direction.

Ces actions requièrent plus que leur propre contenu, par exemple la transmission inter-générationnelle, la préservation de l'environnement ou le partage d'une certaine conscience collective.

Dans l'intention de contribuer au bien-être des participants à votre collectif et de le consolider pour augmenter son rendement, vous recherchez des moyens en phase avec les valeurs centrales de la communication non violente (CNV) qui sont notamment la durabilité relationnelle et la conscience collective.

Pré-requis

Aucun pré-requis n'est demandé.

Objectifs généraux

- Agir avec plus de conscience de l'impact de la communication sur la qualité des relations et de collaborations
- Être capable de rester en relation avec soi-même et ce qui nous motive, et comprendre la situation et les motivations de nos interlocuteurs
- Acquérir plus de conscience de ses possibilités de choix dans son secteur de responsabilités
- Être capable de retrouver une qualité de communication qui peut générer la confiance même lors de désaccords
- Développer la capacité de dépasser les situations relationnelles bloquées
- Augmenter la capacité de désamorcer les conflits et gérer les situations difficiles
- Accéder à un savoir être bénéfique tant sur les plans personnels que professionnel

Objectifs opérationnels, pédagogiques, évaluables

- Repérer ce qui facilite ou fait obstacle, dans la communication, à la fluidité de la relation et à la coopération
- Développer une attitude responsable et proactive dans les relations
- Mieux comprendre l'autre et écouter avec empathie
- Développer sa capacité à s'exprimer clairement et s'affirmer sans agressivité
- Sortir des conflits et favoriser la coopération

Public concerné

Cette formation s'adresse à toute personne désireuse de développer des relations humaines de qualité dans sa vie professionnelle et personnelle.

Modalités d'inscription et délai d'accès

L'interlocuteur des clients et stagiaires est :

La procédure entre le désir de suivre une formation et l'inscription ferme est : 1_Prise de contact, 2_Entretien, etc.

Quels délais sont à prévoir ? Dans le cas d'un financement par un OPCO (prévoir au moins un mois) ? un financement sur fonds privés ?

Méthodes mobilisées

Chaque formation et/ou sensibilisation en Communication Non Violente est basée sur une pédagogique expérientielle.

La structure pédagogique de la formation varie d'un groupe à l'autre au regard de la composition des groupes de et des situations qui font sens pour les apprenants. Le contenu théorique d'une formation d'initiation (de moins de 4 jours) a un socle commun clair, toutefois les formes de transmissions et les exercices d'expérimentations peuvent varier pour s'adapter au mieux aux apprenants.

La formation a lieu en présentiel.

Ressources pédagogiques

Nombreux supports théoriques relatifs à la CNV, les sentiments, les besoins, guide pratique des demandes, les 4 différenciations clés, etc.

Modalités d'organisation

• Proposition 1 : 3 jours – Introduction à la communication non violente
2 jours de suite
1 jour espacé de 6-8 semaines
Tarif : entre 1000 et 1400 euros / Par jour
Nombre de participants : entre 10 et 20 personnes max

• Proposition 2 : 6 jours – les bases de la communication non violente
2 x 2 jours de suite
2 x 1 jour espacé de 6-8 semaines
Tarif : entre 800 et 1200 euros / Par jour
Nombre de participants : entre 10 et 20 personnes max

Matériel pédagogique

Espaces intérieurs et extérieurs du Battement d'Ailes à Lauconie, Cornil (19).

Modalités d'évaluation

Questionnaire OPAGA.

Programme de formation

Accessibilité des personnes en situation de handicap

L'accessibilité d'un organisme de formation doit répondre au principe d'égalité de traitement vis-à-vis des personnes en situation de handicap, établi par la loi Handicap du 11 février 2005.

Accès aux formations
À chaque personne son projet de formation adapté à ses besoins spécifiques.

Nos formations et les locaux dans lesquels elles se déroulent sont accessibles à toutes et tous.

En cas de besoin spécifique, n'hésitez pas à contacter la référente handicap de Coopaname : Carine Julien / of@coopaname.coop.

Tarif indicatif

Tarif par stagiaire
7500 € HT (9000 € TTC) Soit 156,25 € HT (187,5 € TTC) de l'heure

Tarif réduit

Tarif par stagiaire
4800 € HT (5760 € TTC) Soit 100 € HT (120 € TTC) de l'heure

Durée

48 heures

Intervenant(e)



Son CV
https://www.linkedin.com/in/thomas-journel-886819/

Thomas Journel
Formateur

Riche d'une expérience d'entrepreneur de 20 ans, dans les secteurs juridiques, communication et artisanat, passionné par la capacité des êtres humains à se surpasser ensemble, j'œuvre pour faire émerger la coopération durable en m'appuyant sur ma pluralité culturelle, professionnelle et spirituelle.

Profil :

- Médiateur en Communication Non Violente
- Manager d'équipes pluridisciplinaires
- Consultant en transformation organisationnelle

Contenus

Ce programme peut varier significativement en fonction des besoins des personnes en formation et des situations qu'elles choisiront d'aborder.

• Jour 1 et 2– Les fondamentaux de la Communication Non Violente
Objectifs :
Reconnaître les facteurs qui coupent et ceux qui facilitent la communication
Différencier les observations de toutes formes d'évaluations
Distinguer les sentiments des « évaluations masquées »
Transformer les jugements en expression des besoins
Thèmes abordés :
Enjeux de la communication en environnement professionnel (relations hiérarchiques, travail en équipe et en projet, relations aux clients, patients, public...)
Présentation du processus de CNV : étapes ; modes d'utilisation ; cadre d'utilisation
Différenciations clés de base : observations / évaluations ; sentiments / «évaluations masquées » ; besoins / stratégies ; demandes / exigences
La fonction positive des émotions et besoins en environnement professionnel

• Jour 2 et 3- Les fondamentaux de l'écoute de soi
Objectifs :
Formuler des demandes précises, concrètes et réalisables et identifier les exigences
Clarifier ce qui se passe en soi, ses motivations et objectifs
S'exprimer clairement, en augmentant ses chances d'être entendu
Thèmes abordés :
Clarification de ce qui se passe en soi
Les 4 manières d'accueillir un message
L'expression claire qui augmente les chances d'être entendu
L'empathie et l'auto-empathie : premières notions

• Jours 3 et 4 : L'ouverture au dialogue
Objectifs :
Savoir écouter de manière empathique
Transformer des situations conflictuelles en dialogues constructifs
Favoriser la coopération et la construction de solutions satisfaisantes pour tous
Être capable d'encourager et de reconnaître les réussites en exprimant de l'appréciation
Thèmes abordés :
L'auto-empathie (suite) : approfondir ce qui se passe en soi
Les différentes manières d'écouter et leurs rôles
L'écoute empathique
Le dialogue en CNV : comment faciliter l'expression de chacun, afin de favoriser la coopération et le dialogue

Exprimer et recevoir une appréciation ou un feedback positif

• Jours 5 et 6 : L'ouverture au dialogue
Objectifs :
Soutenir la mise en pratique du processus de communication
Recueillir les écueils en lien avec les essais de mise en pratique
Créer des espaces de partage et d'échange au service des difficultés de communication quotidiennes.
A l'appui du processus de Communication Non Violente, analyser ses pratiques professionnelles quotidiennes
Thèmes abordés :
S'exprimer en cas de désaccord
Écouter mon interlocuteur quand mes émotions et mes jugements sont présents
Trouver des solutions « gagnant-gagnant » lors des discussions d'équipe
Aborder en confiance des sujets de coopérations complexes sans craindre la perte de lien
Analyse de pratique pragmatique