

FORMATION

BIEN COMMUNIQUER :

Une histoire de respect mutuel

INTERVENANTE : Psychologue / Consultante Education et Parentalité

PUBLIC CONCERNÉ : Tout public

PRÉ-REQUIS : Aucun

NOMBRE DE PARTICIPANTS : Min 6 - Max 14



OBJECTIFS

- Apprendre à accueillir l'autre dans ce qu'il a à dire et dans ce qu'il ressent
- Comprendre l'importance de se positionner clairement
- Acquérir quelques bases pour la résolution de conflit
- Construire des repères sur la posture bienveillante et ferme
- Savoir tenir une posture cadrante et soutenante dans ses relations
- S'approprier l'utilisation de solutions s'appuyant sur la communication non violente



COMPÉTENCES VISÉES

A l'issue de la formation, le participant sera en capacité de :

- Choisir la posture soutenante ou cadrante qui sera adaptée à la situation relationnelle
- Développer des qualités d'écoute de l'autre
- Mieux appréhender la colère et l'agressivité de son interlocuteur

CONTENU DE LA FORMATION

1 - LA FONCTION CADRANTE DANS LA RELATION

- Pourquoi posons-nous un cadre ?
- Comment posons-nous le cadre ?
- Partage d'expérience et apport des règles de base pour définir et tenir un cadre

2 - LA FONCTION SOUTENANTE DANS LA RELATION

- Repérer son style d'écoute privilégié
- Connaitre le style d'écoute qui permet à l'autre d'exprimer ce qu'il ressent

3 - GERER LES DESACCORDS ET LES CONFLITS

- Comprendre le fonctionnement des émotions à partir de sa propre expérience
- Acquérir des repères pour gérer une situation de conflit

OUTILS & MOYENS

L'intervenante s'appuiera sur :

- les apports de Carl Rogers, de la Communication Non Violente et de l'Analyse transactionnelle.
- Elle s'appuiera sur les expériences des participants pour développer la réflexion.
- Une présentation Powerpoint illustrera ses propos

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Active et participative



DURÉE DE LA FORMATION

Nombre de jour : 1 jour
Nombre d'Heures : 7 heures
Les horaires : 9h-12h30 / 13h30-17h



LIEU

A définir (suivant le nombre de participants)



DOCUMENTS REMIS

- Une présentation power point illustrera ses propos



SUIVI ET APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

Suivi de l'exécution :

- Feuille de présence à signer
- Attestation de suivi de formation avec rappel des objectifs

Appréciation des résultats :

- Une évaluation sous forme d'exercices en fin de formation sera réalisée en lien avec les sentiments et besoins des participants.



REFERENTS

Responsable de formation et référent Handicap : M. Alain Giraudeau
Administratif : Mme Gourraud Stéphanie



ACCESSIBILITÉ PERSONNE EN SITUATION DE HANDICAP

Le lieu de formation doit être accessible et adapté aux personnes présentant une situation de handicap

Si cela n'était pas le cas, le lieu de la formation doit être adapté pour qu'il soit accessible et adapté aux personnes présentant une situation de handicap

