

Prévenir et transformer conflits et tensions avec la communication bienveillante

Chargé.e d'accueil, d'animation ou encore de management ? Vous avez à gérer des publics variés, dans des contextes parfois stressants ? Et souhaitez offrir un accueil ajusté aux différents publics tout en préservant votre propre énergie ? Cette formation est destinée aux personnes qui souhaitent maîtriser une façon de communiquer avec soi et avec l'autre, inspirée de la Communication Non Violente (CNV) de Marshall Rosenberg, ainsi que des dernières avancées des neurosciences.

Public

Tout.e professionnel.le en situation d'accueil, d'animation ou de management

Pré-requis

Aucun

Objectifs

- S'initier à un mode de communication responsable et bienveillant qui pacifie les relations
- Repérer les habitudes d'expression et d'écoute qui coupent la communication et augmentent les tensions
- Identifier ce qui se passe pour soi face aux tensions et au conflit et des pistes pour réagir d'une façon choisie

Méthode pédagogique

Formation interactive qui alterne apports théoriques et exemples concrets, activités d'appropriation, jeux de rôles et mises en situation. Les activités proposées permettent aux participant.es de travailler sur des situations concrètes et d'intégrer à leur rythme ce qu'ils/elles ont appris.

Évaluation de la formation

Bilan oral, évaluation de satisfaction à chaud, auto évaluation et évaluation dans le cadre de la CNV
Évaluation à froid envoyée au participant et à la structure 90 jours après la formation.

Formatrice

Emilie CHAPUIS, formatrice, consultante et thérapeute notamment avec la Communication Non Violente

Accessibilité

Si votre situation (handicap, contraintes particulières...) nécessite un aménagement spécifique, nous vous invitons à nous contacter afin d'envisager une intégration dans la formation. Dans le cas contraire, nous prévoyons une orientation vers des organismes appropriés.

Durée :

2 jours / 14 heures - 9h à 12h30 – 13h30 à 17h

Dates et lieu :

6 et 7 avril 2023 au centre social St Giniez Milan (Marseille)

Tarif par participant.e :

Salarié.e adhérent.e : 600 €

Salarié.e non adhérent.e : 700 €

Contenu

Jour 1

- Quatre façons de recevoir un message désagréable... en économisant son énergie
- Comment passer de la réaction (immédiate, non consciente) à la relation (choisie, consciente) et apaiser ses relations avec ses interlocuteurs

Jour 2

- S'exprimer de façon à être entendu : dire sa vérité avec fermeté et bienveillance
- Apprendre à faire des demandes. À soi, aux autres et à un groupe
- « Célébration et gratitude » : carburants pour se ressourcer dans un environnement stressant

Formation gérée par l'**UCS13**

Contact : Shéhérazade
sheherazade.boukhenifra@ucs13.fr
04 96 11 53 60 - 06 42 45 71 24

Je m'inscris