

PROGRAMME DE LA FORMATION PROFESSIONNELLE

« Communiquer avec la CNV pour mieux coopérer » 3/3

**PRATIQUE DE COMMUNICATION NONVIOLENTE**

Deux webinaires d'approfondissement de 2h

Formation de 4,00 heures en tout

La formation a globalement pour objectif de faire découvrir un mode de communication constructif, basé sur la conscience des besoins, qui favorise la collaboration et adapté aux environnements de travail des participants.

**Public visé :** Cette formation s'adresse à tout-e professionnel-le qui occupe une fonction ou un rôle impliquant des relations interpersonnelles.

**Prérequis :** Webinaire sans prérequis

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

**Objectif pédagogique général :** Mobiliser le processus de CNV, quel que soit l'interlocuteur (collègue, hiérarchique, subordonné, client, fournisseur, sous-traitant,...) pour mener un dialogue professionnel constructif. Cette formation permet au-à la stagiaire de développer ses compétences relationnelles et comportementales (*softskills*).

**Objectifs pédagogiques pour ces webinaires :**

Dans le cadre de la formation sur 5 mois, ces webinaires sont des espaces de pratique et d'approfondissement **dont la date et le contenu sera décidé, collectivement, par le groupe de stagiaires, les formatrices créant alors les activités sur-mesure pour y répondre.**

A la façon de « travaux pratiques », ils seront l'occasion de travailler, autrement, à l'acquisition des mêmes compétences que les modules 1,2,3

**Les compétences visées par le module 1 :**

- Reconnaître les facteurs qui coupent et ceux qui facilitent la communication
- Identifier les 4 étapes du processus CNV : observations, sentiments, besoins, demande
- Différencier une observation et une interprétation
- Différencier un sentiment et une évaluation masquée
- Différencier un besoin et une stratégie
- Différencier une demande et une exigence
- Reconnaître les 4 façons de recevoir un message.

**Les compétences visées par le module 2**

- Différencier l'écoute empathique et les autres attitudes d'écoute,
- Pratiquer l'écoute empathique silencieuse,
- Pratiquer la reformulation sous forme de sentiments et de besoins,

- Formuler une demande d'action selon les critères CNV,
- Formuler un remerciement selon les critères CNV,
- Reformuler ses jugements (sur soi et sur les autres) en besoins,
- Pratiquer l'auto-empathie au service de la relation,
- Pratiquer l'auto-empathie au service de sa propre évolution.

#### **Les compétences visées par le module 3 :**

- Distinguer les trois séquences du dialogue : empathie, auto-empathie et expression authentique,
- Répartir équitablement les temps d'empathie, d'auto-empathie et d'expression authentique,
- Appliquer le processus de CNV pour maintenir le dialogue avec autrui en situation de désaccord,
- Nommer et reconnaître les besoins respectifs en situation de désaccord,
- Elaborer plusieurs stratégies alternatives avec son-sa interlocuteur-trice,
- Dire et entendre un NON en restant au service de la relation,
- Faire et recevoir un feed back selon le processus CNV.

### **Les moyens d'encadrement**

La formation sera réalisée par Catherine Faidix , Catherine est certifiée du CNVC, The Center For NonViolent Communication, une ONG seule habilitée à certifier des formateurs et formatrices.

### **Modalités, moyens et outils pédagogiques**

Ces deux webinaires s'appuieront sur les mêmes partis pris pédagogique que le reste de la formation.

#### Moyens et outils pédagogiques :

- Des séquences favorisant l'engagement des stagiaires, la mémorisation et la compréhension :
  - Expérimentation,
  - Collecte des apprentissages issus de cette expérimentation,
  - Apports théoriques par les formatrices, complément de ce que le groupe a déjà dit.
  - Mise en pratique des apprentissages sur des cas choisis par les stagiaires
- Des exemples concrets tirés de l'expérience des formatrices
- Des analyses et études de cas issus des expériences des stagiaires
- Jeux pédagogiques, jeux de rôles, mises en situations,
- Des livres seront à disposition des stagiaires pendant les we en résidentiel
- Méta-communication sur ce qui se passe dans le groupe

### **Moyens techniques**

Organisés sur ZOOM (lien envoyé la veille), ces deux webinaires demande aux participants de disposer d'une connexion internet et d'un appareil (ordinateur, smartphone, ipad) leur permettant une connexion à ZOOM. En cas de difficulté, , merci de nous consulter.

### **Modalités d'évaluation et de suivi de l'action**

**Pas d'évaluation des acquis des stagiaires sur ces webinaires, qui visent l'acquisition des mêmes compétences que les M1,2 et 3, testées par un quizz à l'issue de ces 3 modules dit « Bases de la CNV »**

**Évaluation de la satisfaction des stagiaires :**

1. Une évaluation orale, par les participants, du webinaire, sera demandé à la fin de la soirée. En cas d'insatisfaction ou de dysfonctionnement, le point sera traité dans les jours qui suivent par un appel des formatrices au stagiaire.

**Modalités d'admission et délais d'accès :**

Les inscriptions à ces webinaires sont comprises dans l'inscription aux Bases de la CNV (Module 1, Module 2 et 3 regroupés)

[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 l'organisation, le contenu et le support de formation à vos besoins. N'hésitez pas à contacter Emilie Chapuis, référente handicap : emilie.chapuis@gmail.com