

FORMATION

Acquisition d'outils de communication et de gestion des conflits

Objectifs

A l'issue de la formation, le participant devra être capable de:

- ◇ Comprendre les paramètres de la communication
- ◇ Mesurer l'impact de son mode de communication et prendre conscience de sa propre influence
- ◇ Nommer les différents sentiments et émotions, leurs fonctions et leurs manifestations
- ◇ Pratiquer l'écoute empathique
- ◇ Connaître et formuler des demandes qui répondent aux critères de la CNV
- ◇ Analyser une situation de conflit et en comprendre les manifestations émotionnelles
- ◇ Prendre du recul vis-à-vis des réactions disproportionnées, de la manipulation et des attitudes violentes

Public

Cette formation est proposée à toute structure désireuse de développer au sein de son équipe une meilleure écoute et une meilleure prise en compte des enjeux actifs dans les processus relationnels.

Aucun pré-requis n'est exigé.

Cette formation s'adresse à un groupe de 4 à 12 personnes maximum.

Nous contacter si le groupe dépasse ce seuil.

Contenu

- ◇ Les principes de la communication interpersonnelle
- ◇ L'écoute active (Rogers): attitudes et procédés. La congruence. L'empathie.
- ◇ La démarche de communication non-violente (Rosenberg)
- ◇ Les sentiments, les faits et les émotions: différenciation, fonctions et manifestations
- ◇ Les différents types de conflits: conflits d'intérêt (externe et interne), conflits de pouvoir, conflits de besoins
- ◇ Les obstacles à une écoute réelle. La grille des attitudes de Porter.
- ◇ Les Jeux psychologiques en Analyse Transactionnelle (Berne)

Modalités pédagogiques

- ◇ Encadrement par une praticienne formée aux techniques de communication dont la CNV
- ◇ Analyses à partir de situations vécues par les participant(e)s
- ◇ Apports théoriques illustrés d'exemples
- ◇ Exercices pratiques

Modalités d'accueil

La totalité de la formation se déroule sur 24 heures. Les dates et horaires seront à déterminer en fonction de vos disponibilités et de celles du formateur.

La formation peut se dérouler au sein de votre structure ou dans nos locaux à Grande-Synthe.

Pour toute demande de devis détaillé, contactez-nous
au 03.28.29.58.87 ou par mail à: aladho-secretariat@orange.fr
Nous reprendrons contact avec vous pour échanger sur
vos attentes et adapter la formation à vos besoins.