

Formation continue – Communication

Dialogue en Conscience

En Bref :

Public :	Ouvert à tous, thérapeutes, professionnels de la santé, relation d'aide
Prérequis :	Aucun
Cursus professionnel :	Formation continue
Nombre d'heures :	21h00, 3 jours
Atelier(s) pratique :	---
Evaluation finale :	---
Certification :	Attestation
Coût de la formation :	Le tarif en vigueur est indiqué sur notre site web
Formateur/trice :	Olivier Favre, Dr en médecine, formateur en CNV (Sorbonne Paris)

Présentation du cours :

Que l'on suive ce module pour apprendre à mieux dialoguer avec ses proches et ses collègues, ou que l'on soit thérapeute, naturopathe ou autre acteur de la santé/ du social, ce cours a pour but de reconnaître les facteurs principaux qui coupent et ceux qui facilitent la Communication. L'idée est d'apprendre à communiquer de manière plus authentique et d'apprendre à écouter de la manière la plus adaptée à la situation.

Contexte du cours :

Ce cours s'insère dans le cadre de la formation continue pour Thérapeute Complémentaire, Naturopathe, Professionnels de la Santé, des milieux sociaux-éducatifs, de la communication, ou à toute personne souhaitant améliorer sa communication au quotidien.

Ce cours s'insère dans le cadre des formations accréditées par les registres pour thérapeutes en formation continue. Une attestation de présence est remise à l'issue du cours.

Objectif du cours :

Trois journées de formation continue, dans la légèreté et la profondeur, pour découvrir, goûter, entraîner, acquérir et intégrer un changement de paradigme vers un Monde-en-Conscience.

Contenu Général :

Trois journées à thème :

- Journée 1 : Introduction à la Communication Non Violente
- Journée 2 : Ouverture du dialogue CNV
- Journée 3 : Pratique du dialogue CNV

Formation continue – Communication Dialogue en Conscience

Contenu spécifique et objectifs :

A la fin du cours, les participants seront capables de :

- Nommer l'intention de la Communication Non Violente
- Nommer les 5 étapes du processus de la CNV
- Différencier les observations d'autres formes d'interprétation
- Distinguer les besoins des stratégies pour les satisfaire
- Connaître la différence entre une demande et une exigence, et leurs impacts sur la relation
- Connaître les critères pour formuler une demande de connexion et/ou d'action qui favorise la coopération
- Connaître les 4 manières d'accueillir un message difficile

Et auront appris des outils pour :

- S'offrir des moments d'auto-empathie pour me relier à mes sensations corporelles, à mes sentiments et à mes besoins
- Se préparer au dialogue en traduisant ses jugements pour s'exprimer ensuite de façon claire et authentique tout en restant dans l'ouverture à l'autre
- Identifier les besoins importants pour moi et les prendre en compte de façon créative, autonome et concrète
- Ralentir le rythme, ... pour ressentir ... clarifier ce qui est important pour moi et me mettre en lien avec l'autre
- Repérer les habitudes d'écoute qui ne sont pas de l'empathie
- Reconnaître le besoin d'empathie chez soi et chez les autres et le mouvement corporel de détente et d'ouverture associé à sa satisfaction
- Choisir la manière d'écouter la plus appropriée dans une situation donnée
- Traduire les jugements et les reproches de l'autre en lien avec ses besoins insatisfaits en évitant de les prendre contre soi pour limiter la réactivité et prévenir les violences
- Utiliser les conflits constructivement en gardant toute notre puissance, sans violence
- Alternier des moments d'auto-empathie, d'écoute empathique et d'expression authentique pour favoriser la coopération
- Pratiquer la gratitude envers soi-même et les autres en privilégiant l'expression des besoins satisfaits plutôt que les compliments ou les jugements positifs