
Programme de Formation

La communication non violente

Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

Professionnels francophones du secteur social, médico-social et sanitaire



Objectifs pédagogiques

Objectifs généraux :

Développer la conscience de ses propres modes de communication (verbale, non verbale, paraverbale).

Identifier et comprendre les communications pouvant générer du conflit ou de la violence relationnelle.

S'approprier les principes de la Communication Non Violente (CNV) et les appliquer dans les situations professionnelles.

Favoriser une posture de soignant consciente, capable d'adapter ses comportements et réactions pour améliorer la qualité de l'accompagnement des patients, résidents ou bénéficiaires.

Objectifs spécifiques :

Connaître les bases de la communication et leurs impacts.

Identifier son style de communication et ses impacts sur autrui.

Comprendre l'historique et les fondements de la CNV.

S'exercer à analyser des situations vécues et proposer des alternatives adaptées.

Développer l'écoute empathique et la reformulation dans le cadre professionnel.



Description

Jour 1 – Bases et conscience de sa communication

Accueil et positionnement

Présentation de la formation et des objectifs

Tour de table : attentes et expériences des participants

Quiz de connaissances initial

Module 1 – Bases de la communication

Concepts : communication verbale, non verbale, paraverbale

Exercices pratiques :

- ☐ Dessin de la communication (représentation personnelle)
- ☐ Mime de la communication (observation du non-verbal)

Objectif : prendre conscience de son style et de son impact sur autrui



Module 2 – Identifier sa façon de communiquer

Réflexion individuelle sur ses habitudes de communication
Partage en binômes pour observer les perceptions mutuelles
Débrief collectif : points saillants et prises de conscience

Module 3 – La communication violente

Analyse de situations concrètes vécues par les participants
Discussion sur les impacts perçus et ressentis
Objectif : identifier les formes de communication pouvant générer des conflits ou blessures

Module 4 – Origines et principes de la CNV

Historique et figures clés (Marshall Rosenberg, Thomas d'Ansembourg, etc.)

- Introduction aux 4 principes : observation, sentiment, besoin, demande
- Objectif : comprendre les fondements théoriques et préparer la pratique
- Exercices pratiques de maniement des 4 principes de la CNV

Module 5 – Débrief et clôture de la journée

Retour sur les apprentissages du jour
Questions et échanges
Préparation pour le jour 2

Jour 2 – Mise en pratique et consolidation

Rappel et consolidation des concepts

Retour sur les concepts du jour 1
Questions et clarification des notions

Module 6 – Les 4 principes de la CNV en pratique

Ateliers en petits groupes sur chaque principe : observation, sentiment, besoin, demande
Échanges et exemples pratiques
Objectif : appliquer les principes à des situations concrètes

Module 7 – Analyse de situations vécues et adaptation

Jeux de rôle sur des situations professionnelles apportées par les participants
Propositions d'adaptations avec la CNV
Débrief collectif : ce que chaque situation éveille chez soi
Objectif : développer la conscience du soignant et sa capacité à ajuster sa communication

Module 8 – Atelier de consolidation : communication empathique et reformulation

Exercices de reformulation et écoute active
Partage sur les changements observés et apprentissages
Objectif : renforcer les compétences en écoute empathique et adaptation comportementale

Module 9 – Mise en situation globale et jeux de rôle

Mise en pratique complète de la CNV dans des situations professionnelles simulées
Débrief collectif et analyse des stratégies adoptées

Module 10 – Quiz final et clôture

Quiz de connaissances final

Bilan personnel et collectif

Évaluation de la formation et retours des participants

**Prérequis**

Sans objet

**Modalités pédagogiques**

Une pédagogie active sera mise en place tout au long de cette formation. Cette pédagogie favorisera la compréhension des exposés théoriques, l'échange de pratiques et de points de vue.

Réalisation de travaux en petits et grand groupes et temps d'échanges

Analyse de situations vécues par les participants, réflexions individuelles et collectives et mutualisation de bonnes pratiques

**Moyens et supports pédagogiques**

Salle de formation adaptée à la pédagogie pour adultes munie d'un vidéo projecteur et d'un tableau blanc

Visionnage de supports numériques : PDF, e-books, présentations PowerPoint, vidéos

Support de formation/ressources documentaires mis à disposition du stagiaire dans son espace extranet

**Modalités d'évaluation et de suivi**

Fiche d'évaluation de satisfaction à compléter

Un quiz de 10 questions, d'une durée de 15 minutes, est à réaliser en fin de formation. La validation nécessite un minimum de 70 % de bonnes réponses.

Évaluation formative au long cours de la formation au moyen de mises en situation, d'exercices pratiques réalisés sous la responsabilité du formateur