

Formation **Communication NonViolente, Agilité et facilitation graphique**

Découvrez une nouvelle dimension de la Communication NonViolente (CNV) grâce à notre formation. Si la CNV a déjà prouvé son efficacité en matière de communication empathique, il est possible d'enrichir la méthode en intégrant des pratiques issues des postures de projets agiles, ainsi que des techniques de communication innovantes comme la facilitation graphique.

L'essence même de cette formation repose sur l'idée que la résolution de conflits ne se limite pas à de simples phrases ou techniques isolées. La CNV "classique" elle-même ne se résume pas à sa trame traditionnelle, mais s'ancre profondément dans la posture adoptée par chaque individu face à la démarche. Pour traiter efficacement un conflit, il est essentiel d'adopter une approche holistique, englobant psychologie, philosophie, communication, agilité, et bien d'autres. Au-delà d'une simple méthode, cette formation propose une combinaison d'approches et de techniques qui se complètent harmonieusement et permettront aux participants de transformer leur manière d'aborder et de résoudre les conflits.

Durée

2 jours

Objectifs pédagogiques

- Analyser les forces et faiblesses de la CNV traditionnelle
- Intégrer les techniques du sketchnoting et de la facilitation graphique pour renforcer sa communication
- Appliquer les principes de l'agilité à la CNV
- Comprendre la notion de résilience, les enjeux des conflits, et maîtriser de nouvelles formes de communication
- Mettre en œuvre l'approche globale "CNV-A" à travers l'analyse de cas concrets et de jeux de rôle pour résoudre efficacement les conflits

Public

Tous

Prérequis

Aucun, si ce n'est la volonté d'acquérir de nouvelles compétences en médiation, applicables dans le cadre de son activité professionnelle.

Programme de formation

Introduction à la formation CNV-A
Présentation générale de la formation
Attente des participants
Retours sur des expériences vécues

La CNV

Cours sur l'approche "classique" de MB Rosenberg avec ses étapes OSBD
Discussions sur ses forces et faiblesses

Présentation générale du sketchnoting

Cette partie vise à montrer comment cette technique joue dans la "facilitation graphique" permettant aux participants de s'exprimer/se relier

La CNV et l'agilité

Comprendre l'analogie entre conflit et projet agile
Préparer la médiation
Se présenter
Se connaître
Observer comme en agile
Evaluer ses sentiments comme en agile
Poser les besoins comme en agile

Poser la demande comme une solution agile

Se préparer à la médiation

Comprendre la résilience
Définir la résilience et son parcours
Donner quelques pratiques
Comprendre les enjeux
Donner quelques éléments sur l'évitement des conflits
Expliquer comment vivre les échecs
Comment gérer les crises d'une manière générale

Appréhender toutes les formes de communication

Généralités sur l'approche "systémique"
Généralités sur les formes de communication
L'intelligence émotionnelle
L'écoute active
La communication verbale constructive

Pratiquer

Des cas concrets de conflits sont à analyser, des jeux de rôle sont joués à partir de toutes les informations amenées par l'approche globale dite "CNV-A".

Moyens et méthodes pédagogiques

- La formation alterne entre présentations des concepts théoriques et mises en application à travers d'ateliers et exercices pratiques (hors formation de type séminaire).
- Les participants bénéficient des retours d'expérience terrains du formateur ou de la formatrice
- Un support de cours numérique est fourni aux stagiaires

Modalités d'évaluation

- **En amont de la session de formation**, un questionnaire d'auto-positionnement est remis aux participants, afin qu'ils situent leurs connaissances et compétences déjà acquises par rapport au thème de la formation.
- **En cours de formation**, l'évaluation se fait sous forme d'ateliers, exercices et travaux pratiques de validation, de retour d'observation et/ou de partage d'expérience.

- **En fin de session**, le formateur évalue les compétences et connaissances acquises par les apprenants grâce à un questionnaire reprenant les mêmes éléments que l'auto-positionnement, permettant ainsi une analyse détaillée de leur progression.