

PROGRAMME DE FORMATION

De la relation à la communication Du savoir-faire au savoir-être

PREAMBULE

Dans notre vie personnelle ou professionnelle, le besoin de se sentir considéré, compris ou intégré est un besoin fondamental. Or, ce besoin est régulièrement nié en subissant et faisant subir des violences par manque de considération des uns envers les autres. Le mal-être, l'agressivité ou la démotivation ne sont que des exemples qui résultent d'un manque de connaissance des principes fondamentaux de la communication.

Ainsi, nous apprenons bien à parler et à écrire, mais nous n'apprenons pas les bases fondamentales pour communiquer avec les autres. Communiquer signifie qu'« on comprend et on est compris ».

Cette formation a donc pour objet d'appréhender la communication dans sa dimension humaine qui met en valeur l'individu et permet de rétablir efficacité, bien-être et motivation.

OBJECTIFS

Objectif général

Permettre aux participants de mieux communiquer en étant capable d'accueillir une différence de point de vue, en acceptant que l'autre soit différent de soi et qu'il puisse penser, agir, ressentir différemment de soi.

Objectifs pédagogiques

- Définir les fondamentaux de la communication
- Acquérir les bases d'un état communicant
- Pratiquer la reformulation pour écouter sans s'effacer et s'exprimer sans agresser

ELEMENTS DE CONTENU

Introduction à la communication

- Distinguer l'état communicant de l'état relationnel.
- Discerner le regard porté sur l'évènement, l'émotionnel ou l'existentiel.
- Lister les différents positionnements lors des échanges interpersonnels.
- Rappeler nos besoins existentiels fondamentaux.

Appréhender la communication

- L'art de poser une question juste
- Lister les différentes étapes de validation en communication.

Définir et distinguer des termes essentiels à la communication

- L'importance du choix des mots et de leur vibration.
- Définir et clarifier le sens de certains mots.

Gérer le refus, l'agressivité et les conflits

- Identifier le non-dit et le message réel dans le message apparent.
- Partager des différences de points de vue.
- Identifier les sources d'agressivité.
- Ramener quelqu'un à la raison (à sa raison)

DUREE

- 2 journées de 7 h00

PUBLIC

- Toute personne souhaitant développer une posture communicante, ayant besoin de connaître et comprendre sa relation aux autres afin d'instaurer un dialogue de coopération et de développer son impact personnel.

NOMBRE DE PARTICIPANTS

- Groupe de 6 à 12 participants

Pré REQUIS

- Aucun

METHODE

- Apports théoriques et méthodologiques
- Illustrations par des exemples concrets
- Pédagogie participative et interactive basée sur des mises en situation faisant appel aux réalités concrètes vécues par les participants

MOYEN ET SUPPORTS REMIS AUX STAGIAIRES

- Fiche synthétique des différentes notions abordées et bibliographie

EVALUATION

La formatrice procédera à des évaluations en cours de formation, au fur et à mesure des séquences pédagogiques et des échanges, afin de vérifier la progression et la satisfaction du groupe (quizz, exercices d'évaluation)

Evaluation à chaud orale et questionnaire écrit à l'issue des 2 journées.

Evaluation à froid : questionnaire adressé à chaque participant dans les 6 mois après la formation.

INTERVENANTE

Christine RAULT

- Coach professionnel et formatrice intervenant auprès des responsables et des équipes en établissement accueillant des personnes âgées, en Services d'Aide et de Soins A Domicile.
- 23 années de pratique et d'expérience au sein de structures hospitalières, EHPAD
- Infirmière coordinatrice en EHPAD durant 5 années
- Coordinatrice dans un réseau de soins palliatif durant 8 années (Dispositif d'Appui à la Coordination, Cap Santé Est Armor-SAINT BRIEUC)
- Membre de l'Espace de Réflexion Ethique de Saint Briec
- Co-Fondatrice & Présidente de l'Association « Maison de Vie-Maison d'Envies » (Projet de Maison de répit et d'accompagnement pour les personnes en fin de vie)
- Formée à la communication thérapeutique (cabinet de formation Thierry TOURNEBISE, praticien en psychothérapie et auteur recommandé par la HAS pour son article sur la bientraitance)