



« Nous ne pouvons inculquer directement à autrui un savoir ou une conduite ; nous pouvons tout au plus faciliter son apprentissage » (Carl Rogers)

**en équipe de travail... avec les clients...  
en famille, dans le couple, entre amis...  
S'ECOUTER – S'ACCORDER  
est-ce possible ? comment s'améliorer ?**

## FORMATION « COMPETENCES RELATIONNELLES »

**les samedi 25 et dimanche 26 mars 2017  
de 8h45 à 16h30 soit 14 h de formation**

**au Collège Jean Albany – LA POSSESSION (St Laurent)**

*Cette formation se déroulera en 2 ateliers selon les publics : Atelier professionnels – Atelier famille*

### SAMEDI 25 mars

Météo de l'instant présent : prénom et comment je suis ou avec quoi j'arrive...

Brainstorming : « s'écouter » - « s'accorder »

Atelier en musique : BATON pour communiquer

Exercice d'écoute : est-ce que j'entends vraiment ce que l'autre dit ?

Trio : Parlant/Ecoutant/Observant : Ecouter sans donner de solution - Reformuler

Débriefing : qu'ont vu les observateurs ? *(Textes sur l'écoute sans aider)*

Intervention : Ecouter qui ? Ecouter quoi ? Les 4 étapes de l'écoute selon la Communication Non Violente

Exercice : Accueillir l'émotion de l'autre avec empathie, sans être atteint

Tour de parole : avec quoi « au cœur » je pars ce soir ?

### DIMANCHE 26 MARS

Météo du moment : ma couleur intérieure ce matin

Atelier en musique : BATON (se laisser guider)

Exercice d'écoute en mode Ecoute active et Communication Non Violente (avec une grille de 4 questions)

Débriefing de l'exercice

S'écouter en situation de désaccord – reformuler ce que j'ai entendu de l'autre  
+ 2 règles : sans s'interrompre / en « Je »

Binôme où chacun parle de soi à l'autre pendant 1min 30 (5 fois chacun)

Ecouter les besoins sous-jacents à travers les 4 étapes de la Communication Non Violente

Evaluation

**TARIF** : Le règlement sera fait le 1er jour de la formation.

*Payement individuel* : 100€ si possible (négociable : demandeurs d'emploi, étudiants, difficultés financières...)

*Formation Professionnelle Continue* : 300€

**INSCRIPTION** préalable et payement sécurisé des arrhes : [Cliquez ici](#)