



2 modules de 4 jours

voie de l'écoute

## COMMUNIQUER autrement pour mieux COOPÉRER

**Apprendre à construire des relations de coopération durable**  
**Cycle de base en CNV de 8 jours en 2 modules**  
**Organisé à Montpellier par l'association Génération-Formation**  
**Animé par Jean-Philippe Faure**

Pringues  
71120 Baron - France  
T 00 33 (0)385 26 13 94

jpfaure@bluewin.ch  
muhemelsoet@hotmail.com

www.voie-de-l-ecoute.com  
www.terredelumiere.sitew.com

### A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Elle s'adresse à tout professionnel occupant un poste nécessitant des compétences en communication interpersonnelle. Elle est particulièrement destinée aux personnes désireuses de développer leur capacité à créer des relations humaines de qualité et de coopération dans leur activité (enseignants, infirmiers, assistants sociaux, managers, chargés de clientèle, chefs de projet, animateurs de réseau etc), tout comme dans leur vie personnelle.

### QUELS SONT LES OBJECTIFS VISÉS ?

Construire et maintenir des relations constructives avec ses différents interlocuteurs, internes et externes. Repérer et maîtriser les obstacles à la fluidité de la communication

Approfondir sa connaissance de soi-même et des fonctionnements humains  
Apprendre à s'exprimer sans agresser et à écouter sans s'effacer. Développer une attitude responsable et proactive dans les relations. Augmenter sa stabilité émotionnelle, sa sérénité et son centrage

Transformer les situations de désaccord ou de conflit en occasion de dialogues constructifs.

### QUELS CONTENUS VONT ÊTRE ABORDÉS ?

#### **Module 1 : 4 jours (28 heures)**

#### **Du 25 au 28 mai 2017**

Les bases d'une communication constructive : conscience de soi, conscience de l'autre

Réaction ou construction ?

Les formes de pensées et de langages qui ferment et celles qui ouvrent.

La place centrale d'une juste attention dans la communication. La communication en quatre temps, qui prend en compte l'importance des motivations et des émotions dans les échanges.

Expression et clarté du message : parler pour être entendu ?

Ce que l'écoute est et ce qu'elle n'est pas : différentes attitudes et pièges. Se mettre au diapason de son interlocuteur en développant une écoute empathique. Savoir formuler un feed-back . La puissance de l'appréciation sincère.



voie de l'écoute

## COMMUNIQUER autrement pour mieux COOPÉRER

Pringues  
71120 Baron - France  
T 00 33 (0)385 26 13 94

jpfaure@bluewin.ch  
muhemelsoet@hotmail.com

www.voie-de-l-ecoute.com  
www.terredelumiere.sitew.com

Nourrir le dialogue dans les groupes tout en restant fidèle à soi-même. Comment utiliser l'auto-empathie pour transformer nos réactions en posture constructive, pour clarifier nos besoins, identifier et formuler des demandes claires, nous préserver dans les tensions du quotidien. Préparer une réunion, un cours ou un entretien, c'est d'abord se préparer soi-même. Comment aborder séances et moments de groupe avec aisance ? Comment créer (ou recréer) le climat propice à l'ouverture d'un dialogue ?

### Module 2 : 4 jours (28 heures)

Du 13 au 16 juillet 2017

Ouvert à toute personne ayant suivi au moins 4 jours de formation en CNV.

L'écoute empathique et la congruence au service de nos défis professionnels (et de ceux du quotidien).

Résoudre ou traverser des situations de conflit avec la CNV.

Employer une CNV naturelle qui ne heurte pas nos interlocuteurs.

Garder le cap de l'empathie quand nous sommes pris à parti.

Approfondir l'auto-empathie pour améliorer notre qualité de vie.

Mieux comprendre les fonctionnements différents du nôtre.

Identifier nos priorités.

Savoir dire non, tout en préservant la coopération. Entendre un non, comme une occasion de rechercher des solutions constructives.

Comment rendre les réunions participatives et productives ? Un modèle pour prendre des décisions en équipe.



voie de l'écoute

## COMMUNIQUER autrement pour mieux COOPÉRER

Pringues  
71120 Baron - France  
T 00 33 (0)385 26 13 94

jpfaure@bluewin.ch  
muhemelsoet@hotmail.com

www.voie-de-l-ecoute.com  
www.terredelumiere.sitew.com

### Présentation de l'animateur

Jean-Philippe Faure est formateur en Communication NonViolente (CNV) depuis plus de 20 ans, il se passionne pour une approche globale de la communication intégrant bienveillance, coopération et non directivité. Une longue pratique de yoga l'aide à exploiter aussi la dimension corporelle dans ses formations. Il est l'auteur de trois ouvrages sur la CNV : L'Empathie, le pouvoir de l'accueil, Eduquer sans punitions ni récompenses et Le Couple, chemin d'écoute et de partage, ainsi que d'un livre sur le Shivaïsme cachemirien : Contes du frémissement de la liberté.

**Dates :**            **Module 1, du 25 au 28 mai 2017.**  
                          **Module 2, du 13 au 16 juillet 2017.**

**Lieu :**                **À Montpellier.**

**Prix :**                **560 € pour 4 jours.**

### Renseignements et inscriptions :

**Génération Formation**

**Le Debussy**

**Bat B,39**

**16 rue Michel Trocmé - 34070 Montpellier.**

**Téléphone :** 04 99 51 81 67 – **Courriel** [bonjour@generation-formation.com](mailto:bonjour@generation-formation.com)