

# S'écouter vraiment pour mieux coopérer (niveau 2)



Pour mener à bien le projet de Terre de Liens dans toute sa complexité, les bénévoles et salariés sont tous amenés à travailler en relation avec d'autres personnes.

Ces situations de travail collectif, si elles constituent une grande richesse pour notre action, peuvent aussi amener à des désaccords, des tensions, de la souffrance. La pratique de la communication non violente peut permettre, dans ce contexte, de faire évoluer nos pratiques et d'améliorer les relations dans le travail collectif, dans l'intérêt de tous.

Ce niveau 2 constitue un approfondissement.

Ce programme fait partie de la rubrique : "4. Consolider le mouvement Terre de Liens pour le pérenniser" du catalogue de formation de Terre de Liens.

## Objectifs pédagogiques

- Adapter ses réponses aux différentes situations de communication.
- Utiliser le stress, les jugements et les conflits pour faire évoluer la communication et la coopération.
- Éviter les attitudes qui font obstacle à la communication pour en adopter de plus efficaces.
- Accompagner une personne à trouver ses propres solutions et les mettre en œuvre.
- Formuler des demandes claires, adaptées aux besoins et efficaces, puis intégrer la réponse.
- Pratiquer le dialogue empathique, dans une approche inclusive.

## Contenu de la formation

- Journée 1
  - Jeux de présentation et de cohésion de groupe. Révision des quatre distinctions de base en communication, avec entraînement pratique. Travailler avec les émotions en contexte professionnel et/ou associatif. Entraînement pratique : repérer les émotions et les décoder sans attendre l'accumulation et la confusion. Association des émotions avec les besoins humains fondamentaux : sortir des postures victime/bourreau. Entraînement pratique : utiliser l'énergie des besoins pour orienter l'action individuelle et collective.
- Journée 2
  - Entraînement en binôme : formuler différents types de demande. Recevoir un message difficile à entendre, et utiliser la difficulté pour améliorer la connexion. Entraînement à l'écoute empathique. Entraide à la formulation de demandes claires ou de propositions. Trois types de réponses aux demandes : vers la co-création. Entraînement pratique au changement de posture dans le dialogue.

**Modalités pédagogiques :** Formation présentielle

**Durée:** 14.00 heures de formation, réparties en 2.00 jours(s)

**Profils des stagiaires :**

- Tous publics

**Prérequis :**

- Avoir suivi le module "S'écouter vraiment pour mieux coopérer (niveau 1)"
- Maîtrise courante de la langue française : compréhension de texte, rédaction de document de synthèse et expression orale permettant un dialogue fluide (niveau de français du CECRL : B2).

**Formateur.trice :** Clémence LATASTE / Isabel ESTEVEZ, Formatrice(s) en communication interpersonnelle et accompagnement d'équipes

**Ressources pédagogiques :**

Terre de Liens - 25 quai André Reynier 26400 CREST . Adresse de gestion : Terre de Liens Fédération, 1 rue Joseph Richard, 26400 CREST  
SIRET: 48050964500093 . Activité enregistrée sous le numéro 82 26 01958 26 par la Préfecture Rhône-Alpes.  
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat » (article L.6352-12 du code du travail).



- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Apports théoriques basés sur l'expérimentation
- Pédagogie participative, dans un climat de confiance.
- Entraînements sur des cas concrets issus des situations de terrain.
- Livret pédagogique remis à chaque participant
- Approche ludique et vivante et jeux de cohésion de groupe
- Nombreux exercices en binôme ou trinôme.

#### Suivi de la formation et Evaluation des résultats :

- Feuilles de présence.
- Mises en situation.

**Sanction de la formation :** Remise d'un certificat de réalisation de l'action de formation

## Prix de la formation

#### Frais pédagogiques:

- Tarif pour un stagiaire salarié du réseau Terre de Liens : **700.00 € net**
- Tarif pour un stagiaire administrateur du réseau Terre de Liens : **700.00 € net**
- Tarif pour un stagiaire bénévole du réseau Terre de Liens : **0 €**
  
- Tarif pour un stagiaire hors du réseau Terre de Liens : **700.00 € net**

Pour les formations en présentiel, sauf cas particulier, les frais de repas seront refacturés en sus des frais pédagogiques.

Quelle que soit votre situation, le prix ne doit pas être un obstacle : contactez-nous pour étudier ensemble la solution la mieux adaptée à votre situation.

Vous êtes en situation de handicap , contactez-nous pour étudier ensemble les adaptations à rechercher pour vous rendre cette formation accessible.

Pour connaître les dates et lieux de formation, et modalités d'inscription : contactez-nous par courriel : [formation@terredeliens.org](mailto:formation@terredeliens.org). Conditions générales de ventes disponibles sur simple demande.

Document mis à jour le : 8 novembre 2021