

# Développer une communication responsable et bienveillante

## Objectif(s) de formation

Accueillir, comprendre et développer sa communication de manière responsable et bienveillante (en lien avec la Communication «Non Violente» de Marshall Rosenberg) pour optimiser la relation à soi et la relation aux autres

## Public

Tout professionnel-le souhaitant développer une communication responsable et bienveillante

- **Durée** - 2 jours (14H)
- **Frais de participation**  
980 € par jour  
4 à 15 personnes (hors déplacement et frais annexes)
- **Date et lieu à convenir**

### • **Accueillir et comprendre la relation à soi pour mieux communiquer avec son interlocuteur-trice (état des lieux) :**

Comment je fonctionne (attitudes, comportements, expressions) ? Comment je communique avec mon interlocuteur-trice (écoute, feedback, compréhension) ? Suis-je clair-e (vérification du message transmis, validation avec l'interlocuteur-trice) ? Comprendre l'importance de la qualité

### • **Développer ses capacités relationnelles pour optimiser la relation à l'autre :**

Découvrir et intégrer quelques outils clés faciles à déployer au quotidien, facilitant la relation (météo intérieure) ; Acquérir des automatismes pour faire face aux difficultés rencontrées liées au métier, permettant ainsi de garder sa capacité d'action tout en faisant face de manière constructive aux préoccupations de son interlocuteur-trice ; Prendre conscience de sa capacité à évoluer, transformer et s'adapter ; vivre une communication responsable et bienveillante au service de la relation

### • **Agir dans la relation :**

Les compétences verbales et vocales ; L'écoute active ; Le filtrage ; Le processus OSBD (Observation, Sentiment, Besoin, Demande) ; Méthode SORA (Situation, Observation, Réflexion, Action) ; Les accords Toltèques

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

*Pédagogie active centrée sur les apprenant-e-s, organisée à partir d'apports théoriques, de nombreux exercices et mises en situation ainsi que d'analyse des pratiques.*

## MÉTHODE D'ÉVALUATION

*Évaluation individuelle à l'entrée de la formation, à chaud et à distance, évaluation de la satisfaction. Cette formation constitue une action d'adaptation et de développement des compétences. Elle donne lieu à la délivrance d'une attestation de participation.*

Vous avez des questions ou une demande spécifique pour une formation, dans l'un ou plusieurs de nos domaines d'intervention ? Notre équipe est à votre écoute.

Possibilité de mettre en place une formation sur mesure.

Contact : [commercial@ediacformation.com](mailto:commercial@ediacformation.com)

**Qualiopi**   
processus certifié

 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Actions de formation