

## - PROGRAMME DE FORMATION -

# Communiquer avec bienveillance

## PROGRAMME

---

### 1. Comprendre nos filtres de compréhension

- > Construction de nos filtres
- > Reconnaissance de ses propres biais
- > Marelle de la Communication Non Violente

### 2. Développer son empathie envers l'autre

- > Travail sur l'écoute active
- > Définition et pratique de l'empathie

### 3. Communiquer avec bienveillance

- > Positions de perception
- > Jeu de rôle pour la transmission d'un message

**Évaluation** : sous la forme d'un jeu de rôle

## OBJECTIFS

- > Mieux se connaître et comprendre les différences de personnalité
- > Faciliter les relations et les échanges avec son équipe
- > Apprendre à transmettre un message constructif, adapté à son interlocuteur et avec bienveillance

## EN PRATIQUE

### Durée

Une journée de 7h de formation

### Lieu d'intervention

En présentiel, chez le client

### Intervenant

Mickael Balloi

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES



### Apports théoriques structurés

- > Des outils concrets accompagnés par des schémas pour plus de clarté
- > Un support de formation
- > Des exemples vécus



### Mise en pratique systématique

- > Jeux de rôles
- > Exercices de découverte et d'analyse
- > Exercices pratiques d'approfondissement



### Partage d'expériences

- > Des temps dédiés au partage des expériences de chacun
- > Respect total de la confidentialité
- > Feedback après chaque exercice