

Communication assertive : mieux se connaître pour mieux s'affirmer (2021)

Centre Régional d'Études, d'Actions et d'Informations
EN FAVEUR DES PERSONNES EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ • GRAND EST

SIÈGE SOCIAL : Cité Administrative Tirlet • 5 rue de la Charrière • Bât. 3 • 51036 CHÂLONS EN CHAMPAGNE CEDEX
TÉL. : 03 26 68 35 71 • E-MAIL : chalons@creai-grand-est.fr • SITE : www.creai-grand-est.fr

ANTENNE LORRAINE : 1 rue du Vivarais • 54500 VANDŒUVRE-LÈS-NANCY
TÉL. : 03 83 37 90 81 • E-MAIL : nancy@creai-grand-est.fr

ANTENNE ALSACE : 80 avenue du Neuhof • 67100 STRASBOURG
TÉL. : 03 88 41 86 37 • E-MAIL : strasbourg@creai-grand-est.fr



Table des matières

CONTEXTE.....	3
OBJECTIFS DE LA FORMATION.....	3
PROGRAMME ET OBJECTIFS.....	3
PUBLIC.....	4
INTERVENANT PRESSENTI.....	4
MODALITES PEDAGOGIQUES.....	4
MOYENS PEDAGOGIQUES.....	4
MOYENS PERMETTANT D'APPRECIER LES ACQUIS DE LA FORMATION.....	5
EVALUATION DE LA FORMATION.....	5
SANCTION DE LA FORMATION.....	5

CONTEXTE

La communication est à la base du travail dans le secteur social et médico-social.

La communication accompagne le soin.

La communication étaye l'acte éducatif.

La communication soutient les relations interpersonnelles.

La communication outille l'institution.

Parfois elle fait défaut ou est maladroite, mais toujours elle permet la relation (qu'elle soit positive et constructive ou négative). Elle tient donc une place primordiale dans les organisations. Il est important que les professionnels prennent conscience que tout est communication. Il est impossible de ne pas communiquer. Mais communiquer n'est pas facile et nécessite de développer des habiletés pour rester dans des relations assertives. L'assertivité désigne une attitude à la fois d'affirmation de soi et de respect d'autrui. Se comporter de façon assertive consiste à écouter, à s'exprimer et à défendre ses positions sans empiéter sur celles des autres. Cela revient à adopter une attitude de fermeté sur ce qui n'est pas négociable et de souplesse sur ce qui l'est, de façon à développer des relations à la fois plus efficaces et plus harmonieuses. Par ailleurs, le langage verbal ne compte que pour 7% du message. Les 93% restant peuvent nous échapper, et laisser transparaître des émotions que l'on pense canalisées. L'émotion est donc indissociable de la relation et de la communication. Pour être dans une relation assertive, il convient donc de travailler sur ses émotions, sur ses habiletés personnelles, ses tendances de communication et de développer des compétences communicationnelles. Le travail individuel sera la clé de l'évolution collective. Développer l'écoute bienveillante, se doter d'outils de communication assertive, travailler sur les positions de vie et les travers à éviter, sont autant de pistes qui permettront de mettre toutes les compétences au service d'une prise en charge toujours plus qualitative, bienveillante et structurante.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

La formation vise à :

- Développer des compétences communicationnelles individuelles et collectives
- Identifier les obstacles les plus fréquents à la communication
- Comprendre les différentes positions de vie indissociables de l'assertivité et les enjeux d'une communication respectueuse de soi et des autres

PROGRAMME ET OBJECTIFS

Jour 1 : De la notion de communication à la notion d'émotions

- Présentation de la notion de communication de manière ludique
- Les pièges et les facilitateurs
- Les notions de positions de vie
- Les outils favorisant la communication saine et respectueuse
- Développer les compétences qui aident à faire face aux difficultés de la vie.
- Les émotions et la mécanique en jeu
- Une porte d'entrée vers l'assertivité
- Apprendre à être à l'écoute de soi et de ses besoins

Jour 2 : Les outils de communication : des aides pour construire un comportement assertif

- L'assertivité ou comment s'affirmer sans agresser (ni fuir ou manipuler)

- Exercices pour savoir dire non
- Emettre une critique
- Gérer un conflit

- Faire un compliment, une demande
- Approfondissement des notions au regard des pratiques rencontrées :

- Analyse de situations rencontrées suite à la formation

- Pour aller plus loin, travail sur la gestion des conflits

- Faire émerger un positionnement collectif ancré dans la pratique et structurant pour les pratiques.**Objectifs pédagogiques poursuivis pour les stagiaires :**

Modalités d'inscription :

Inscription en ligne obligatoire.

Coût de la formation :

- Contribuant : 310 €/participant
- Non contribuant : 410 €/participant

PUBLIC

Professionnels de tous secteurs désireux de mieux comprendre son fonctionnement communicationnel et souhaitant le faire évoluer pour être assertif dans ses relations professionnelles.

INTERVENANT PRESENTI

Mme Dominique EICHWALD, conseillère technique, Expert praticienne en psychologie positive appliquée au travail, Master coach, Educatrice Spécialisée

MODALITES PEDAGOGIQUES

L'animation vise à favoriser l'implication et la participation de tous les professionnels.

Chaque journée fera l'objet d'apports théoriques mais surtout de mises en situations, de jeux, de tests individuels et collectifs qui permettront de découvrir les aptitudes personnelles et collectives. Les exercices ludiques favorisent la créativité et permettent l'émergence du « faire équipe ».

MOYENS PEDAGOGIQUES

- Vidéo projecteur
- Remise des documents support
- Références bibliographiques

MOYENS PERMETTANT D'APPRECIER LES ACQUIS DE LA FORMATION

- Un quizz numérique (Kahoot) permet de mesurer les acquis à l'entrée en formation.
- Travaux en sous-groupes ou en individuel : ce que j'ai appris, ce que je mets en réflexion, ce que je vais mettre en œuvre.
- Tout au long du parcours, des exercices de mise en situation, permettent d'évaluer l'acquisition au fil de la journée.

EVALUATION DE LA FORMATION

L'intervenant vérifiera régulièrement la pertinence de la formation au regard de la théorisation et de l'appropriation de la démarche, cette évaluation est essentiellement qualitative.

L'évaluation finale de la formation se déroule sur la base de recueil des impressions de chaque participant à partir d'un questionnaire d'évaluation – anonyme.

Un compte rendu écrit est adressé au commanditaire et reprend essentiellement les renseignements recueillis par le questionnaire.

Un questionnaire d'évaluation de l'impact de la formation, sera adressé à la Direction de la structure dans les 6 mois suivant la fin de la formation.

SANCTION DE LA FORMATION

Un émargement aura lieu à chaque séance. Une feuille de présence sera établie par le CREAM Grand Est et sera signée par demi-journée par les participants et le formateur.

La formation donnera lieu à l'établissement d'une attestation de formation nominative dont les titulaires pourront se prévaloir.



Centre Régional d'Études, d'Actions et d'Informations
EN FAVEUR DES PERSONNES EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ ■ GRAND EST

SIÈGE SOCIAL : Cité Administrative Tirlet ■ 5 rue de la Charrière ■ Bât. 3 ■ 51036 CHÂLONS EN CHAMPAGNE CEDEX
TÉL. : 03 26 68 35 71 ■ E-MAIL : chalons@creai-grand-est.fr ■ SITE : www.creai-grand-est.fr

ANTENNE LORRAINE : 1 rue du Vivarais ■ 54500 VANDŒUVRE-LÈS-NANCY
TÉL. : 03 83 37 90 81 ■ E-MAIL : nancy@creai-grand-est.fr

ANTENNE ALSACE : 80 avenue du Neuhof ■ 67100 STRASBOURG
TÉL. : 03 88 41 86 37 ■ E-MAIL : strasbourg@creai-grand-est.fr

RIB : CRÉDIT MUTUEL 15629 02901 00034545440 69 ■ **IBAN :** FR76 1562 9029 0100 0345 4544 069
ORGANISME DE FORMATION N°21510001051 ■ **MEMBRE DE LA FÉDÉRATION DES CREAI**