

*COMMUNICATION*

*BIENVEILLANTE*

*ET*

*GESTION DES CONFLITS*

98% des personnes formées sur cette thématique en 2023 sont satisfaites de la formation qu'elles ont suivie et sont satisfaites de l'adaptabilité de la formatrice sur les modalités pédagogiques de la formation

Force Conseil Sud Ouest  
Lieu dit « fontounes » 47270 Saint pierre de clairac  
Siret : 52463413600013 code APE :8559A  
Enregistré organisme de formation sous le n° 72 47 01026 47  
auprès du préfet de la région nouvelle aquitaine  
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État  
[force.conseilsudouest@orange.fr](mailto:force.conseilsudouest@orange.fr)

## *Objectifs et intervenants de l'action de formation*

Ce module doit permettre aux participants de :

- Créer une qualité de relation avec soi-même et avec les autres
- Apprendre à dénouer des relations conflictuelles ou difficiles
- Décoder dans le message des autres ce qu'ils veulent vraiment dire, derrière des propos et des comportements qui nous dérangent
- Apporter de la clarté dans nos propos et dans nos échanges

### **L'intervenante :**

#### **Magali Sofys :**

Conseillère en économie sociale et familiale diplômée d'état plus de 20 ans d'expérience auprès de différents publics en insertion, adultes en difficultés sociales.

### **Prérequis :**

Aucun

### **Contact et Modalités d'inscription :**

Auprès de moi.

S'il y a des personnes en situation de handicap merci de me contacter pour les modalités à mettre en place.

### **Délai d'accès :**

Me contacter au 06.82.43.96.58 ou par mail [force.conseilsudouest@orange.fr](mailto:force.conseilsudouest@orange.fr) pour convenir de l'accès à cette formation.

La formation aura lieu dès lors qu'un groupe de 5,6 personnes sera constitué.

Force Conseil Sud Ouest  
Lieu dit « fontounes » 47270 Saint pierre de clairac  
Siret : 52463413600013 code APE :8559A  
Enregistré organisme de formation sous le n° 72 47 01026 47  
auprès du préfet de la région nouvelle aquitaine  
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État  
[force.conseilsudouest@orange.fr](mailto:force.conseilsudouest@orange.fr)



### **Coût :**

Particulier individuel 80€ la séquence de 2h

Particulier groupe 40€ la séquence de 2h

Tarif entreprise sur devis à partir de votre besoin

## *Communication bienveillante et gestion des conflits*

- Introduction à la communication non violente
  - Présentation du processus
  - Clarifier puis exprimer ce qui se passe en nous
  - Les 4 manières de recevoir un message
  - Exprimer un remerciement
  
- Ouverture au dialogue
  - Auto empathie
  - Écoute empathique de ce qui se passe en l'autre
  - Établir un lien avec l'autre en formulant une demande
  - La danse du dialogue
  
- Pratique du dialogue
  - Approfondir l'auto empathie et l'empathie
  - Pratique du dialogue avec l'attention portée au rythme
  - Apprendre à partir de nos blocages
  - Entendre et exprimer un «non»

### **METHODES PEDAGOGIQUES**

Etat des lieux des connaissances  
Apports théoriques  
Echanges de pratiques  
Décorticage de situations

**DURÉE DU MODULE** : 6 séquences de 3h

**MODALITÉS D'ÉVALUATION** : questionnaire en fin de formation et mises en situation

Force Conseil Sud Ouest  
Lieu dit « fontounes » 47270 Saint pierre de clairac  
Siret : 52463413600013 code APE :8559A  
Enregistré organisme de formation sous le n° 72 47 01026 47  
auprès du préfet de la région nouvelle aquitaine  
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État  
[force.conseilsudouest@orange.fr](mailto:force.conseilsudouest@orange.fr)



Force Conseil Sud Ouest  
Lieu dit « fontounes » 47270 Saint pierre de clairac  
Siret : 52463413600013 code APE :8559A  
Enregistré organisme de formation sous le n° 72 47 01026 47  
auprès du préfet de la région nouvelle aquitaine  
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État  
[force.conseilsudouest@orange.fr](mailto:force.conseilsudouest@orange.fr)