

## Présentation

---

Découvrez notre formation sur la communication assertive et apprenez à surmonter les obstacles courants dans les échanges. Analysez vos pratiques de réception et de réaction face aux messages et stimuli. Transformez les jugements en expressions de besoins, sentiments et demandes pour une communication plus authentique et efficace.

## Objectifs

---

- Maîtriser le processus de la communication assertive.
- Maîtriser la typologie des obstacles à la communication.
- Analyser ses pratiques en situation de recevoir un message ou de réagir à un « stimulus ».
- Traduire les jugements en termes de besoins, sentiments et demandes.



### Public visé

Tout professionnel du secteur sanitaire, médico-social et social.



### Durée

3 jours

## Prérequis

---

Avoir suivi la formation « Les fondamentaux de la bienveillance »

## Programme

---

### Le concept de communication bienveillante en situation de travail

- Connaître les avantages de la communication bienveillante dans le cadre professionnel.
- À quels besoins cette communication répond-elle ?

### Les leviers de la communication assertive

- L'empathie.
- La gestion de soi.
- La gestion de ses émotions

### Pratiquer la communication bienveillante

- Passer dans le non-jugement.
- Adopter une attitude de respect mutuel.
- S'affirmer grâce à la communication non violente durablement.

## Intervenant

---

Professionnel métier, consultant, psychologue

## Méthodes pédagogiques

---

Notre approche se concentre sur une pédagogie active et réflexive, plaçant le participant au centre de la formation. Nous privilégions une dynamique de groupe en utilisant des méthodes variées. L'expérience professionnelle de chacun est exploitée pour faciliter l'application des connaissances dans les situations de travail.

## Modalités d'évaluation des acquis

---

A la fin de la formation les acquis des participants sont évalués à l'aide de divers outils tels que : quiz, études de cas, mise en situation.

## Accessibilité handicap

---

ARABESQUE demande à être informé sur les situations de handicap des stagiaires afin d'adapter les modalités pédagogiques aux objectifs de la formation, et de prendre en compte les moyens de compensation du handicap.

### € Tarif

INTRA. Nous consulter  
INTER. 350€/jour



### Effectif

INTRA. Entre 8 et 12 personnes au maximum  
INTER. Entre 7 et 12 personnes au maximum