

CATALOGUE DES FORMATIONS

RENSEIGNEMENTS : LA CLEF DES CHAMPS 06 86 38 99 36/02 43 70 97 78
Mail : anne.rome@wanadoo.fr Site : mediationcdc.fr

Document mis à jour le 30 juillet 2020



LA FORMATION POUR QUOI FAIRE ?

La formation nous permet d'avancer en savoir-faire, d'acquérir de nouvelles méthodes, d'échanger et d'apprendre avec les autres, d'approfondir notre vision des choses.

LA FORMATION COMMENT ?

Les formations peuvent avoir lieu en intra, à l'intérieur de vos structures, pour vous, vos équipes, vos salariés. Elles peuvent également avoir lieu à l'extérieur ; pour cela, je vous propose de me faire connaître vos besoins afin que je vous tienne informé-es du calendrier des formations.

Un entretien personnalisé a lieu avant la formation afin de partir de votre vécu et d'adapter la formation à vos

réalités et à vos besoins. Il est possible également de mettre en place des stages d'analyse de pratique après la première formation et l'expérimentation, comme nouvelle source d'apprentissage et d'ajustement des méthodes.



N° Organisme de Formation : 52530064953

LA MEDIATION AU CŒUR DE L'HUMAIN

Transformer nos relations avec les publics, avec les équipes, avec les collègues : mieux se dire, mieux s'entendre, mieux construire. Avoir un dialogue véritable, mettre en place une expression et une écoute constructive et sensible. Passer d'une relation subie en relation souhaitée. Comprendre nos stratégies dans la relation. Mieux approcher la vision des autres.

LA MEDIATION AU CŒUR DU SYSTEME...

La médiation est une approche pragmatique qui permet d'améliorer de manière significative les relations, le bien-être de chacun et la performance collective, dans tous types d'organisations : entreprises, associations et structures de l'Économie Sociale et Solidaire, hôpitaux et maisons de retraite, collectivités, réseaux professionnels, établissements d'enseignements, prisons, etc ...

Au moment où il convient de s'adapter en permanence et très vite, dans des environnements complexes, la communication entre les différentes parties-prenantes, en interne et en externe, constitue

un enjeu fondamental. Elle permet de capter les signaux à travers une approche sensible pour s'ajuster quotidiennement.

Quel que soit le secteur – de production ou de services – les compétences techniques ne suffisent pas. Savoir partager et transmettre en étant à l'écoute des besoins de chacun et savoir proposer des solutions adéquates passent par une communication bienveillante et claire.

ET DE L'INTELLIGENCE COLLECTIVE

Chaque fois que la dynamique de la confiance peut s'installer face à un public, dans une équipe, les tensions se réduisent. L'intelligence collective peut être libérée au service de la coopération et de l'innovation. Il y a une réelle amélioration des conditions de travail et un impact sur les résultats globaux, économiques, sociaux et environnementaux.

« Nous aimons transmettre notre expérience, nos acquis, méthodes et outils en vous apportant à la fois pragmatisme, créativité et sens. Les formations sont animées dans un esprit d'interactivité et d'inter-réactivité en cherchant l'implication de chaque participant.

Nous aimons mettre en avant le changement de regard à travers le croisement des expériences, les ouvertures possibles, tout en les reliant à la réalité de chacun dans un groupe. Nous pouvons intervenir sur la prévention des conflits, la posture de médiateur en entreprise ou dans les organisations. Nos formations se construisent à partir de vos expériences afin de relier vos nouveaux acquis à vos pratiques au quotidien. Il est possible d'associer différents modules pour un parcours sur mesure. Nous pouvons l'étudier avec vous.

La médiation a ouvert notre accompagnement au changement pour faciliter et garantir un cadre propice au respect mutuel et à la co-créativité. »

Les formatrices



Anne Vuichard Romé



Isabelle Lagrange



Christelle Steinmetz



Page de consultation	Intitulé des formations
6 et 7	Découvrir la Communication Non Violente
8 et 9	Techniques d'accueil et de communication
10 et 11	Les grands plus de l'écoute
12 et 13	Découvrir la fonction et la posture de régulateur -e d'équipe

DECOUVRIR LA COMMUNICATION NON VIOLENTE

A PARTIR DE 2021

OBJECTIFS PRINCIPAUX

Cette formation vise à :

- Prendre du recul sur ses pratiques relationnelles dans le cadre du travail.
- Prendre conscience des réflexes automatiques dans la communication et voir ce qui est en jeu dans la relation.
- Faire la différence entre jugements et observations, entre différentes formes d'écoute et entre besoins et stratégies.
- Voir comment la relation peut permettre la prise de responsabilité de chacun.

OBJECTIFS OPERATIONNELS

Dépasser des situations émotionnelles difficiles, éviter leur escalade, tout en ouvrant à une relation plus riche et plus satisfaisante.

Ecouter ce qui se passe dans son monde intérieur.

Ecouter ce qui se passe dans le monde intérieur des autres.

Découvrir la richesse des différences.

Partir d'exemples vécus pour prendre conscience de sa posture.

Identifier les risques apportés par les filtres de perception.

Comprendre à quoi servent les émotions.

Trouver la bonne posture.

Prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre.

S'habituer à faire travailler le cerveau des émotions.

Identifier les risques apportés par les langages obstacles.

Tester son écoute empathique.

Partir d'exemples vécus pour prendre conscience de ses stratégies et des besoins qui sont nourris par chacune.

Prendre conscience du fait que les besoins sont liés aux émotions et que l'on mélange souvent besoins et stratégies.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Distinguer empathie, sympathie, compassion.

Prendre en compte les émotions.

Se servir de l'auto-empathie et de l'empathie.

Prendre conscience des langages obstacles.

Apprendre à reformuler.

Faire la distinction entre stratégie et besoin.

Bien comprendre l'importance du besoin et son lien avec les émotions.

Exprimer une demande.

Approcher le processus dans son ensemble.

CONTENU

L'importance de la qualité relationnelle

Ce que la CNV permet

Définition d'une observation

Le rôle d'une émotion

Les grands types d'émotions

L'empathie, l'auto-empathie

La reformulation

Les émotions agréables

Les émotions désagréables

Les besoins

La demande

Le processus dans son ensemble

Pré-requis :

- Etre prêt-e à changer de regard sur sa pratique et ses habitudes.
- Capacité à contribuer à une dynamique de groupe en formation.
- Accepter la mise en situation comme support d'évolution.

Publics :

- Toute personne pour qui la relation au travail est fondamentale.

Méthode :

La pédagogie basée sur l'intelligence collective favorise la prise de responsabilité et la créativité.

- Interactivité
- Partage d'expériences
- Apports théoriques
- Etude de cas, mises en situation au service de l'acquisition de savoir-faire et savoir-être
- Alternance entre temps de travail en sous-groupe et plénière
- En présentiel ou en distanciel

Outils et supports de la formation :

- Power point des formatrices
- Synthèse écrite du contenu de l'intervention remise en fin de session.
- Livret d'auto-évaluation

Outils et méthode d'évaluation :

- Questionnement oral tout au long de la formation

- En grand groupe, restitution de réflexions et travaux des sous-groupes permettant de situer et d'évaluer les apprenants dans leurs apprentissages
- Retour oral des stagiaires en fin de formation
- Fiche-évaluation de fin de formation, remise le dernier jour
- Livret d'auto-évaluation
- Evaluation à 3 mois pour vérifier la plus-value apportée par la formation et les besoins d'ajustements pour l'activité.

Durée : Formations niveau 1, niveau 2 et niveau 3 sous forme de 3 stages de 2 jours consécutifs.

Accessibilité formations aux personnes en situation de handicap

Nous accueillons toutes les personnes en situation de handicap. Nous nous chargeons de vous accompagner pour les éventuels besoins en compensation et durant tout votre parcours. Un entretien préalable à la formation est réalisé avec vous, cet entretien concerne uniquement les aspects fonctionnels, en aucune façon il n'est demandé des informations d'ordre médical. Une durée adaptée et des aménagements de la formation ainsi que des modalités adaptées peuvent être mises en œuvre.

Tarifs :

Particuliers : 370 €/pers./stage

OPCO, Indépendants, Associations, professions libérales, TPE et

collectivités : 570 €/pers./stage

Entreprises : 916 €/pers./stage

Nombre de participants : min.10/max.30

Formatrices (voir CV, diplômes onglet formation sur site internet mediationcdc.fr) : Anne Romé, Christelle Steinmetz et Isabelle Lagrange (en fonction du nombre de stagiaires)

TECHNIQUES D'ACCUEIL ET DE COMMUNICATION

Sur place, en présentiel

Objectifs principaux

Mettre en avant ce qui vous différencie des autres. Prendre le temps de vous appuyer sur vos différences pour en faire une force.

Objectifs opérationnels

Améliorer sa posture d'accueil et de communication face à un public varié.
Prendre en compte les différents besoins des publics.
Savoir mettre des limites et de la sécurité.

Objectifs pédagogiques

Se connecter à soi pour se connecter à l'autre.
Faire appel à sa créativité.
Faire ressource avec sa différence.

Contenu :

- Sortir du jugement, de la projection, des étiquettes sur soi et sur les autres, changer de lunettes et arrêter les films du mental.
- Prendre soin des émotions pour s'en servir d'indicateur fiable.
- Retrouver son énergie créatrice.
- Repérer les signes corporels chez soi et chez l'Autre.
- Tenir compte des émotions et des besoins de l'Autre pour répondre avec justesse à une demande claire.

Pré-requis :

- Etre prêt-e à changer de regard sur sa pratique et ses habitudes.
- Capacité à contribuer à une dynamique de groupe en formation.

- Accepter la mise en situation comme support d'évolution.

Publics :

Personnes en charge d'accueillir un public varié aux demandes diverses.

Méthode :

- Exercices pratiques.
- Etude de cas.
- Interactivité.
- Regards croisés sur les expériences.

Outils et supports de la formation :

Résumé écrit du contenu de l'intervention, faisant état de méthodes et outils adaptés au thème, remis en fin d'intervention.

Outils et méthode d'évaluation des acquis :

- En grand groupe, restitution de réflexions et travaux des sous-groupes permettant de situer et d'évaluer les apprenants dans leurs apprentissages.
- Feed back oral des stagiaires en fin de formation
- Fiche d'auto-évaluation
- Evaluation à 3 mois pour vérifier la plus-value apportée par la formation et les besoins d'ajustements pour l'activité.

Outils et méthode d'évaluation de satisfaction :

- Fiche-évaluation de fin de formation, remise et complétée en fin de formation.

Formatrice : Anne Romé

Formations : La Communication Non Violente en 2008, Ecole des médiateurs avec la CNV de 2012 à 2014, Approche d'accompagnement thérapeutique avec l'Internal Family System (voir CV, diplômes onglet formation sur site internet mediationcdc.fr)

Durée : 1 session de deux jours sur place et consécutifs.

Accessibilité formations aux personnes en situation de handicap

Nous accueillons toutes les personnes en situation de handicap. Nous nous chargeons de vous accompagner pour les éventuels besoins en compensation et durant tout votre parcours. Un entretien préalable à la formation est réalisé avec vous, cet entretien concerne uniquement les aspects fonctionnels, en aucune façon il n'est demandé des informations d'ordre médical. Une durée adaptée et des aménagements de la formation ainsi que des modalités adaptées peuvent être mises en œuvre.

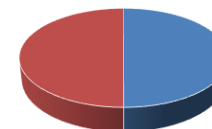
Nombre de participants : min./max.12 pers.

Tarifs : Particuliers : 370 €/pers.

OPCO, Indépendants, Associations, professions libérales, TPE
et collectivités : 570 €/pers.

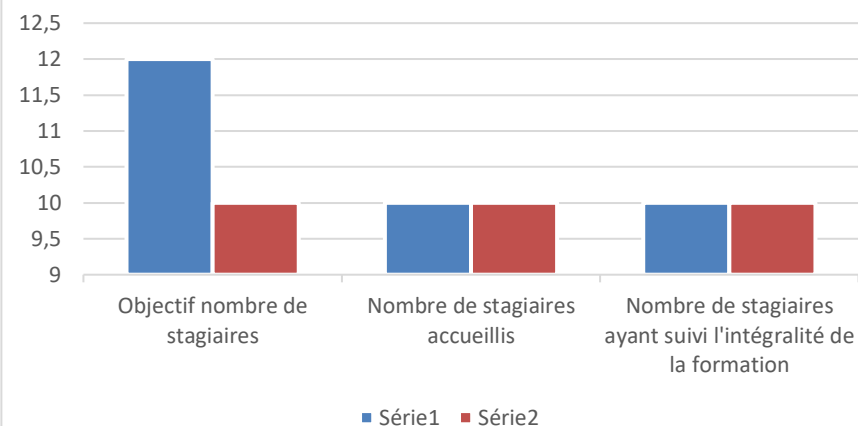
Entreprises : 916 €/pers.

SATISFACTION 2019



- SATISFACTION A chaud Très satisfaisant
- SATISFACTION A chaud Satisfaisant
- SATISFACTION A chaud Plutôt satisfaisant
- SATISFACTION A chaud Peu satisfaisant

OBJECTIF NOMBRE ET ASSIDUITE 2019



LES GRANDS PLUS DE L'ECOUTE

A PARTIR DE 2021

Sur place, en présentiel

Objectifs principaux

- Ajuster votre présence et optimiser l'accueil auprès des bénéficiaires.
- Personnaliser l'accueil tout en vous respectant.

Objectifs opérationnels :

- Trouver les bons outils et les bonnes méthodes pour traiter les différentes étapes et les problématiques liées à l'écoute.
- Trouver la bonne posture pour être présent à l'autre et à soi-même.

Objectif pédagogique :

- Utiliser l'intention et les bases de la Communication Non Violente

Contenu :

- Le respect de soi-même et la prise de conscience de son « moteur intérieur ».
- La présence à l'autre : décoder les besoins et les demandes pour échanger de façon positive.
- La gestion des incivilités : la prise en compte des émotions pour apprendre à les transformer.

Pré requis :

- Etre prêt à changer de regard sur sa pratique et ses habitudes.

- Etre à l'écoute de chacun et accepter la mise en situation comme support d'évolution, être prêt à la remise en question : la mémoire retient ce que le corps ressent.

- **Publics :** En prise de poste ou en poste dans le secteur social, médico-social et sanitaire.

Méthode :

- Interactivité
- Regards croisés sur les expériences
- Etude de cas, mises en situation

Formatrice : Anne Romé (voir CV, diplômes onglet formation sur site internet mediationcdc.fr)

Outils et supports de la formation :

Résumé écrit du contenu de l'intervention, faisant état de méthodes et outils adaptés au thème, remis en fin d'intervention.

Outils et méthode d'évaluation des acquis :

- En grand groupe, restitution de réflexions et travaux des sous-groupes permettant de situer et d'évaluer les apprenants dans leurs apprentissages.
- Feed back oral des stagiaires en fin de formation
- Fiche d'auto-évaluation

- Evaluation à 3 mois pour vérifier la plus-value apportée par la formation et les besoins d'ajustements pour l'activité.

Outils et méthode d'évaluation de la satisfaction :

- Fiche-évaluation de fin de formation, remise et complétée en fin de formation.

Durée : 2 jours consécutifs + 1 jour après expérimentation

Accessibilité formations aux personnes en situation de handicap

Nous accueillons toutes les personnes en situation de handicap. Nous nous chargeons de vous accompagner pour les éventuels besoins

en compensation et durant tout votre parcours. Un entretien préalable à la formation est réalisé avec vous, cet entretien concerne uniquement les aspects fonctionnels, en aucune façon il n'est demandé des informations d'ordre médical. Une durée adaptée et des aménagements de la formation ainsi que des modalités adaptées peuvent être mises en œuvre.

Tarifs : Particuliers : 550 €/pers.

OPCO, Indépendants, Associations, professions libérales, TPE et collectivités : 853 €/pers.

Entreprises : 1375 €/pers 600 €/pers.

Nombre de participants : min. 6/max. 12

DECOUVRIR LA FONCTION ET LA POSTURE DE REGULATEUR-E D'EQUIPE

A PARTIR DE 2021

Sur place, en présentiel

Les collaborateurs des organisations et services répondent à des logiques d'interdépendance. Les coordinateurs et cadres intermédiaires des secteurs social, médico-social et sanitaire ont en charge de prévenir et gérer des tensions relationnelles au service de la performance collective.

OBJECTIFS PRINCIPAUX

Cette formation vise à :

- Comprendre l'intention de la régulation d'équipe
- Acquérir les compétences de régulation et d'optimisation des dynamiques d'équipe.

OBJECTIFS OPERATIONNELS

Améliorer les relations interprofessionnelles, favoriser le bien-être de chacun et la performance collective :

- Repérer dans le « système équipe » ce qui est en jeu dans le conflit ou le dysfonctionnement relationnel
- Comprendre ce qui contribue ou fait obstacle à une communication efficiente
- Identifier son propre rapport à la tension relationnelle
- Adopter la posture du régulateur : écoute, impartialité, bienveillance, non-jugement, recherches de solutions

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Savoir vous situer dans un contexte, dans une organisation, en tant qu'individu.
- Saisir l'influence des émotions sur votre façon de faire, de comprendre, de communiquer.
- Repérer vos réflexes, vos habitudes, vos stratégies de défense.
- Décoder ces réflexes pour comprendre à quels besoins profonds ils correspondent.
- Vous appuyer sur vos propres émotions pour vous mettre en lien avec les émotions et les besoins des personnes en conflit.
- Ecouter et décoder les réactions émotionnelles et les jugements.

CONTENU

- Co-crédation d'un cadre de travail repérant, sécurisant
- Repérage des facteurs de conflits relationnels pour guider votre écoute active
- Traduction des non-dits et des malentendus
- Ecoute empathique de vous-mêmes et des autres
- Recherche de solutions, co-construction d'accords respectueux des besoins de chacun
- Evolution vers des relations fondées sur le pouvoir « avec », qui stimule productivité, synergie et créativité.

Pré-requis :

- Etre prêt-e à changer de regard sur sa pratique et ses habitudes.
- Capacité à contribuer à une dynamique de groupe en formation.
- Accepter la mise en situation comme support d'évolution.

Publics :

- Cadres intermédiaires et coordinateurs
- En prise de poste ou en poste dans le secteur social, médico-social et sanitaire.

Méthode :

La pédagogie basée sur l'intelligence collective favorise la prise de responsabilité et la créativité.

- Interactivité
- Partage d'expériences
- Apports théoriques
- Etude de cas, mises en situation au service de l'acquisition de savoir-faire et savoir-être
- Alternance entre temps de travail en sous-groupe et plénière

Outils et supports de la formation :

- Power point des formatrices
- Synthèse écrite du contenu de l'intervention remise en fin de session.
- Livret d'auto-évaluation

Outils et méthode d'évaluation des acquis :

- Questionnement oral tout au long de la formation

- En grand groupe, restitution de réflexions et travaux des sous-groupes permettant de situer et d'évaluer les apprenants dans leurs apprentissages
- Feed back oral des stagiaires en fin de formation
- Fiche-évaluation de fin de formation, remise le dernier jour
- Livret d'auto-évaluation
- Evaluation à 3 mois pour vérifier la plus-value apportée par la formation et les besoins d'ajustements pour l'activité.

Outils et méthode d'évaluation de la satisfaction :

- Fiche-évaluation de fin de formation, remise et complétée en fin de formation.

Accessibilité formations aux personnes en situation de handicap

Nous accueillons toutes les personnes en situation de handicap. Nous nous chargeons de vous accompagner pour les éventuels besoins en compensation et durant tout votre parcours. Un entretien préalable à la formation est réalisé avec vous, cet entretien concerne uniquement les aspects fonctionnels, en aucune façon il n'est demandé des informations d'ordre médical. Une durée adaptée et des aménagements de la formation ainsi que des modalités adaptées peuvent être mises en œuvre.

Durée : 2 +1 (2 jours consécutifs et un troisième jour, environ 1 mois plus tard).

Tarifs :

Particuliers : 550 €/pers.

OPCO, Indépendants, Associations, professions libérales, TPE et collectivités : 853 €/pers.

Entreprises : 1375 €/pers.

Formatrices (voir CV, diplômes onglet formation sur site internet mediationcdc.fr) : Anne Romé et/ou Isabelle Lagrange et/ou Christelle Steinmetz.

Nombre de participants : min.10/max.30