

# FORMATIONS COMMUNICATION CONSCIENTE ET BIENVEILLANTE PRÉSENTATION

Promouvoir une écoute active et une prise de parole respectueuse d'autrui et de soi-même et concourir au développement d'attitudes respectueuses et bienveillantes figurent au cœur du projet de Korhom.

Les trois formations proposées sur ce thème sèment ainsi les graines nécessaires pour établir et cultiver des relations collectives et interpersonnelles de qualité. En voici le détail : « découvrir la communication consciente et bienveillante » (p.2), « se former à la communication consciente et bienveillante dans l'éducation » (p.3) et « se perfectionner à la communication consciente et bienveillante dans l'éducation » (p.4).



Association Korhom  
156 rue d'Aubervilliers  
75019 Paris

infos@korhom.fr  
01.83.92.80.91  
06.20.86.59.82  
www.korhom.fr

## Objectifs

S'initier à la communication consciente et bienveillante qui revisite nos manières de parler, d'écouter et d'être avec les autres et soi-même ; questionner ses fonctionnements et réactions dans ses interactions, que ce soit dans son quotidien, dans un contexte professionnel, ou encore dans un cadre éducatif ; acquérir quelques outils quant à ses modes d'écoute et d'expression.

## Contenu

La formation vise à dégrossir l'approche et la notion de communication consciente et bienveillante, à se familiariser avec son histoire et ses courants, à appréhender certains de ses concepts clefs, notamment à la lumière des neurosciences, et, surtout, à développer ses aptitudes en écoute active en les expérimentant.

## Public

Toutes personnes désireuses d'interroger leur fonctionnement et leur posture, d'enrichir leurs pratiques et leurs relations interpersonnelles, de développer leurs connaissances et aptitudes et d'acquérir de nouveaux outils pour mieux vivre avec les autres et avec soi-même.

Aucun prérequis.

## Format

De 2 à 8 heures.

Possibilité de se concentrer sur un thème particulier (la communication consciente et bienveillante dans l'éducation, dans la relation d'aide ou dans l'accueil d'un public, par exemple).

16 participant·es maximum.



Association Korhom  
156 rue d'Aubervilliers  
75019 Paris

infos@korhom.fr  
01.83.92.80.91  
06.20.86.59.82  
www.korhom.fr

## Objectifs

Prendre du recul et s'outiller pour établir des relations adultes-enfants respectueuses de chacun-e; s'interroger sur ses conceptions de l'éducation, sa posture d'éducateur-ric(e) (professionnel-le ou parent) et ses pratiques éducatives pour les transformer; acquérir ou renforcer ses compétences pour accompagner les enfants ou adolescent-es, contribuer à leur épanouissement, développer leurs compétences émotionnelles et sociales et leur autonomie et prévenir et gérer les conflits de manière créative et constructive; rendre possible la mise en œuvre de ses intentions éducatives au quotidien et le respect des limites du cadre que l'on s'est fixé.

## Contenu

Cette formation invite les éducateur-ric(e)s (professionnel-le(s) et/ou parents) à partager leurs expériences éducatives entre pairs ou avec des professionnel-le(s) d'autres horizons pour croiser les regards et les pratiques et, ainsi, élargir leurs visions. Elle présente l'intérêt de la communication consciente et bienveillante, son histoire et ses courants et transmet des connaissances théoriques et pratiques issues des neurosciences et des sciences humaines pour mieux appréhender l'éducation et le développement de l'enfant. Elle propose, surtout, des outils concrets relatifs à nos modes d'écoute et d'expression qui permettent: d'aider les enfants/adolescent-es aux prises avec leurs émotions à surmonter leurs difficultés; de susciter leur coopération pour maintenir un climat constructif et agréable; d'éviter les pièges de la punition en mettant en place des processus de sanction éducative qui amènent les enfants/adolescent-es à se rendre responsables de leurs propres comportements; d'encourager leur autonomie en renforçant la confiance en soi; de favoriser leur estime de soi; ou encore de les dégager des rôles qui les limitent.

Fortement inspirée des ateliers d'éducation conçus par E. Faber et A. Mazlish, cette formation marque généralement les participant-es par l'originalité de son approche, et la justesse avec laquelle elle respecte l'intégrité de tou-t(e)s, enfants comme adultes. Grâce à des exercices de prise de conscience, la description de solutions applicables immédiatement et l'entraînement pendant les sessions, les participant-es apprécient le caractère très concret et accessible de cette formation. Ils/elles découvrent, enfin, que les compétences développées s'appliquent finalement à tout notre entourage, et améliorent grandement nos relations adultes/adultes également!



## Public

Professionnel-le(s), bénévoles, parents, éducateur-ric(e)s... Toute personne ayant un rôle éducatif auprès d'enfants ou de jeunes (milieux scolaire et périscolaire, animation, éducation spécialisée).

Aucun prérequis.

## Format

21 heures réparties en 7 séances de 3 heures (possibilité de les regrouper sur 3 jours).

14 participant-es maximum.



## SE PERFECTIONNER À LA COMMUNICATION CONSCIENTE ET BIENVEILLANTE DANS L'ÉDUCATION

### Objectifs

Renforcer ses compétences, remettre à jour et approfondir ses connaissances en éducation consciente et bienveillante afin de développer un projet dans sa structure.

Laboratoire d'analyse et de création de nouvelles pratiques, cette formation répond à la demande des professionnel·les formé·es par Korhom pour aller plus loin dans l'aventure de la communication consciente et bienveillante dans l'éducation.

### Contenu

Cette formation rappelle les fondamentaux de la communication consciente et bienveillante et l'approfondit avec des focus sur certaines questions relatives à l'éducation, aux techniques de communication et au développement de l'enfant/adolescent·e. Des exercices de mise en situation pour s'exercer aux habiletés et outils et les renforcer sont également proposés. Des échanges d'expériences sur les changements initiés à la suite de la formation de base en communication bienveillante, et sur les difficultés rencontrées pour les mettre en œuvre au sein de sa structure, sont initiés. Enfin, les participant·es seront accompagné·es pour initier l'élaboration d'un projet à développer dans leur structure.

### Public

Professionnel·les ou bénévoles ayant un rôle éducatif auprès d'enfants ou de jeunes (milieux scolaire et périscolaire, animation, éducation spécialisée) désireux·euses d'approfondir leurs compétences en communication bienveillante, de les diffuser dans leur structure éducative et/ou de développer un projet favorisant l'éducation émotionnelle, relationnelle ou bienveillante.

### Format

18 heures, réparties sur 3 jours.

14 participant·es maximum.



Association Korhom  
156 rue d'Aubervilliers  
75019 Paris

infos@korhom.fr  
01.83.92.80.91  
06.20.86.59.82  
www.korhom.fr