

Prérequis :

Être engagé-e sur le parcours ou avoir suivi au moins 20 jours de stage CNV et ces 20 jours sont effectués à la date de la demande d'inscription. Ces 20 jours sont des stages dont l'intention première est d'intégrer la CNV :

- Modules de base (une ou plusieurs fois) ;
- Au moins 4 des thèmes suivants : auto-empathie, empathie, colère, honte, culpabilité, dire et entendre un non, la gratitude, les croyances, expression authentique ;
- Parcours long : AI-CNV, médiation CNV ;
- Stages intensifs CNV : IIT, EIC ;
- Autres stages et cursus d'intégration : préciser les thèmes abordés dans le tableau « Suivi du parcours ».

Ne sont pas considérés comme valides les stages qui s'appuient sur la CNV pour aborder d'autres approches, les cercles restauratifs.

Sur ces 20 jours, au moins 16 jours ont été suivis en présentiel.*

*Au sujet des formations en distanciel : notre préférence est que les 20 jours soient suivis en présentiel, nous vous encourageons à refaire les modules de base si vous n'avez pas d'accès facile aux grands thèmes.

Pour les personnes qui habitent loin (Dom-Tom, Afrique), et au vu de la difficulté d'accès à des formations en CNV, le nombre de jours en présentiel peut être réduit à 12 jours.

Durée : 28,00h - 4,00 jour(s)

Objectifs :

- Identifier ce qui nous empêche de contribuer au bien-être les uns des autres : les jugements, les exigences et les dénis de responsabilité.
- Amener ces notions avec pertinence ; par des exercices, permettre aux participants de mesurer l'impact de leurs choix lorsqu'ils agissent à partir de jugements, d'exigences ou de déni de responsabilité.
- Énoncer clairement la différence entre paradigme « chacal » et paradigme « girafe » et être à l'aise pour la partager.
- Utiliser les symboles « chacal » et « girafe » comme outils pédagogiques permettant de faire voir clairement nos choix de communication et leurs effets sur nos relations.
- Discerner les moments où l'utilisation des marionnettes sert l'apprentissage des moments où elle ne le sert pas. Les utiliser avec à-propos.

- Acquérir une tournure d'esprit capable de reconnaître, apprécier et partager tout ce que la vie nous offre à chaque instant.
- Restituer l'historique de la CNV en francophonie et dans le monde.

Contenu :

Au fil des 4 jours les pratiques de la gratitude, de l'expression authentique et du feedback seront exercées afin de soutenir leur intégration dans le quotidien et dans la transmission.

Jour 1

- Approcher des systèmes de pensées et de fonctionnement basés sur des croyances différentes.
- Intégrer la capacité à donner et recevoir des feedbacks honnêtes ; accueillir et transformer les malaises liés aux comparaisons et jugements. S'exercer à vivre dans une culture du feedback.
- Approcher et définir les paradigmes « chacal » et « girafe », exercices pratiques sur la présentation de ces deux visions du monde.
- (Auto-)évaluation, partage et intégration des apprentissages de la journée en groupe de compagnonnage.

Jour 2

- Différencier et repérer les habitudes acquises (venant du paradigme « chacal ») des comportements que l'on choisit d'avoir désormais (paradigme « girafe »).
- Exercices pratiques sur le partage et la transmission de ces postures avec l'aide de supports (les marionnettes et les serre-tête « chacal » et « girafe »).
- Présentation des marionnettes à un public non averti.
- (Auto-)évaluation, partage et intégration des apprentissages de la journée en groupe de compagnonnage.

Jour 3

- Aborder les obstacles à une communication fluide, apprendre à les présenter de façon claire, simple et ludique : présentation par les stagiaires d'exercices sur les jugements, exigences et dénis de responsabilité, mises en situation et jeux de rôle ; feedbacks par les pairs et les formatrices.
- Exercer les jeux de rôle didactiques.
- (Auto-)évaluation, partage et intégration des apprentissages de la journée en groupe de compagnonnage.
- En soirée : Présentation de l'historique du réseau international de la CNV – questions et réponses.

Jour 4

- Temps d'entraînement complémentaire à la pratique des jeux de rôle didactiques avec ou sans marionnettes : discerner la stratégie la plus appropriée pour démontrer par l'exemple certaines notions fondamentales aux participants. Possibilité d'entraînement sur d'autres pratiques vues depuis le début du stage.
- Bilans personnel et collectif des apprentissages et acquis : exercice de remémoration des notions vues durant le stage, reconnaissance des pas accomplis, repérage précis des aspects spécifiques à exercer et à approfondir
- Informations sur la suite du parcours

NB. Il est possible que, suivant la réalité vécue dans le groupe et constatée par les formatrices, les thèmes mentionnés soient abordés dans un ordre différent, voire complétés ou changés.

