



# Écouter, comprendre, désamorcer : les clés de la communication non violente

Les mardis 9 et 16 novembre 2027, de 9h à 16h

Et si vos mots devenaient de véritables passerelles plutôt que des obstacles ? Dans des contextes souvent chargés en émotions, comme le milieu du soin, savoir écouter, comprendre et désamorcer les tensions est une compétence essentielle. La communication non violente (CNV) offre des outils concrets pour transformer les échanges difficiles en opportunités de dialogue, de compréhension et de coopération.

## Objectifs de la formation

- Explorer les principes de base de la CNV pour améliorer la qualité des relations dans les contextes privé et professionnel ;
- Pratiquer l'écoute empathique de soi et des autres pour favoriser la compréhension mutuelle et la coopération ;
- Renforcer la conscience de soi en identifiant ses aspirations profondes et en comprenant les mécanismes défensifs dans les interactions.

## Contenu de la formation

- Observer une situation démantelée de ses interprétations ;
- Apprendre à écouter l'autre pour qu'il se sente entendu ;
- Apprendre à clarifier ses besoins ;
- Apprendre à faire des demandes concrètes ;
- Développer la gratitude ;
- Mettre de la clarté sur ce qui coupe la communication et ses conséquences.

## Méthodologie

La journée sera rythmée de temps théoriques et pratiques. L'accent sera mis sur les jeux de rôle et des exercices à partir de vos situations pour vous permettre de repartir avec des clés concrètes. L'apprentissage se fera également par le jeu.

## Public cible

Cette formation s'adresse à l'ensemble des professionnels du soin et de l'accompagnement, quels que soient leur fonction ou leur cadre d'exercice : soignants, personnels médico-sociaux, éducatifs ou thérapeutiques. Elle est particulièrement pertinente pour des équipes pluridisciplinaires souhaitant développer une culture commune de communication bienveillante et efficace. En favorisant le partage d'expériences et les regards croisés, elle permet de renforcer la coopération, la cohésion d'équipe et la qualité de la relation avec les patients ou les usagers.

## Formatrice

**Nathalie Galland**, conteuse, psychomotricienne et formatrice certifiée CNVC, chemine, depuis 30 ans, avec ses différents outils (le corps, la parole et le conte) pour permettre à chacun de trouver sa place, oser être qui il est et ainsi co-construire un autre monde pour demain.

### Lieu et adresse de la formation :

HELHa Tournai, rue Frinoise 12, 7500 Tournai

### Renseignements :

secretariat-ceref-sante@helha.be

0477/ 563 257

Inscriptions en ligne : <https://ceresante.helha.be/>

Date limite d'inscription : 22 octobre 2027

Prix : 225 EUR\* – Min. 10 - Max. 12 participants



\*Les pauses-café et une petite restauration sont comprises dans les frais d'inscription.