

BIEN VIVRE ENSEMBLE EN INSTAURANT UNE COMMUNICATION POSITIVE

OBJECTIFS

Adapter et ajuster ses pratiques professionnelles afin d'améliorer les relations interpersonnelles entre et avec les élèves et au sein de la communauté éducative, être capable de :

- Instaurer un dialogue constructif en toutes circonstances
- Développer une posture bienveillante et positive qui libère la parole

Acquérir des techniques et outils pratiques pour optimiser sa communication au quotidien, être capable de :

- Gérer ses propres émotions et celle des élèves
- Exprimer, sous tension, calmement et clairement un message
- Reformuler le message exprimé par l'autre sans se laisser contaminer par l'agressivité

PARTICIPANTS

équipe enseignante et personnel scolaire

PROGRAMME

Identifier les comportements inappropriés des élèves et comportements psychosociaux que l'on veut développer chez eux

Connaître son comportement réflexe sous tension

- La fuite et ses impasses : Somatisation ; Rupture relationnelle ; Effet « cocotte-minute »
- L'attaque et ses conséquences : Les stratégies inefficaces de l'agressivité : jugement, culpabilisation, généralisation... ; L'impact des mots

Développer son intelligence émotionnelle

- Comprendre le mécanisme neurologique des émotions
- Comprendre la relation triangulaire des émotions
- Désamorcer efficacement ses émotions parasitantes : colère, stress
- Prendre la responsabilité de son émotion (notion du sac à dos invisible)
- Transmettre aux élèves des stratégies pour désamorcer leur colère (techniques corporelles, mentales et comportementales/ coin apaisement)

Développer une communication positive (d'après la CNV de M. Rosenberg)

- Pratiquer le message « JE » : Observation, sentiment, besoin, demande
- Identifier le lien direct entre besoin et émotion
- Transmettre aux élèves le message clair

Ecouter avec empathie (écoute active de Gordon)

- Accueillir l'émotion d'un élève
- Pratiquer la reformulation
- Se protéger efficacement de la part agressive d'un message
- Déjouer les tentatives d'intimidation

Gérer les conflits avec une autorité bienveillante

- Décoder les comportements inappropriés des élèves en termes de besoins insatisfaits
- Gérer les hors-jeux en favorisant la responsabilisation, l'auto-régulation et la réparation
- Éviter le piège du triangle de Karpman : bourreau, victime, sauveur
- Pratiquer la médiation

PRÉ REQUIS
Aucun

LIEU
Sur site

DURÉE TOTALE
12 heures

COMMENTAIRES

Méthodologie et moyens pédagogiques : Alternance de méthodes pédagogiques participatives et actives ; Ateliers de réflexion individuels et en groupe sur ses propres comportements, sur des cas concrets rencontrés sur le terrain. Jeux de rôle et simulation à partir des expériences terrain. Présentation vidéo et livret synthétique des outils développés.

- **Evaluation** : Evaluation fin de formation, suivi ; Attestation de fin de formation
- **Présence** : Feuille d'émargement