



Samedi et dimanche  
6 et 7 décembre 2025

✉ nonviolence.mp@gmail.com

📞 05 61 78 66 80

🌐 [ressourcesnonviolence.fr](http://ressourcesnonviolence.fr)

*Nous constatons parfois dans notre sphère personnelle ou professionnelle que les décisions se prennent difficilement, que le temps passé en discussions et échanges est peu productif ou que les décisions prises sont peu ou mal suivies par manque d'adhésion, de compréhension, d'élan...*

*Cette formation vous permettra de mettre en place un climat propice à des prises de décision collectives efficaces et déployer des process qui favorise l'expression, l'implication et l'adhésion de tous. Vous bénéficierez ainsi de l'intelligence collective pour enrichir les solutions et leur implémentation par toutes les parties prenantes en sera facilitée car chacun se sentira impliqué, engagé et concerné.*

*Par des exercices pratiques et des situations réelles, nous découvrirons ensemble les notions d'assertivité, d'écoute active et empathique, de puissance du questionnement ouvrant vers une communication constructive et harmonieuse.*

## PUBLIC VISÉ

Toute personne développer ses compétences relationnelles

## PRÉ REQUIS

Être adhérent au Centre de ressources et présent sur les deux jours de formation

## OBJECTIF GÉNÉRAL

A l'issue de la formation, les stagiaires sauront faciliter des prises de décisions où chacun se sent impliqué, engagé et en adhésion avec la solution retenue. Ils auront appris à lever les obstacles à la prise de décision et insuffler un rythme qui favorise l'émergence de solutions créatives. Ils sauront également faciliter l'adhésion libre de l'ensemble des participants par l'expression de chacun dans une ambiance, favorisant l'écoute et le respect de tous. Ils sauront ainsi initier une communication plus claire et plus efficace afin d'améliorer les relations dans le cadre du travail et de réaliser des prises de décision efficientes.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Poser clairement les enjeux de la prise de décision
- Faciliter l'expression de chacun au service de la prise de décision
- Repérer les mécanismes qui freinent ou facilitent la communication
- Lever les obstacles à la prise de décision
- Repérer le mode décisionnel adapté à la décision à prendre
- Mener un processus de décision par consentement
- Mesurer et ajuster l'action dans le cadre de la décision (processus d'amélioration continu)

## PROGRAMME

### 1<sup>er</sup> jour

- Faire connaissance et poser le cadre relationnel du stage
- Partage de nos attentes / intentions pour ce stage

- Quel est l'intérêt de prendre des décisions et de le faire ensemble ?
- Les différents types de prise de décision et les enjeux de la communication
- Mon cadre de référence et celui de mes interlocuteurs
- S'exprimer clairement pour être entendu et écouter activement au-delà des mots
- Repérer les comportements défensifs et lever les obstacles à la prise de décision
- Comprendre et améliorer son profil de décideur en lien avec les enjeux de la coopération

## 2ème jour

- L'assertivité et l'écoute active pour optimiser les relations professionnelles
- Le processus de décision par consentement
- Identifier les enjeux de la situation en lien avec la décision à prendre et les présenter clairement
- Faciliter l'expression / l'implication de chacun grâce au non-jugement et au questionnement
- Jeux de rôles pour expérimenter le processus de décision par consentement
- Bilan du stage

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Des mises en expérience au travers d'exercices ludiques, mises en situation en groupe, jeux de rôles

Des temps de réflexion et feedback constructif post expériences

Des analyses de situations et des partages de représentation / échanges

Des apports théoriques à partir de situations concrètes ou de questions

## DOCUMENTATION

Un support pédagogique est remis pendant la formation à chaque participant.

Des ouvrages sont tenus à disposition des stagiaires pendant les journées de formation.

## ÉVALUATION

Un questionnaire d'évaluation est distribué à la fin de la formation à chaque stagiaire dans le but de mesurer la satisfaction et l'évolution de chacun. Cet outil d'évaluation permettra de bénéficier d'un retour sur le contenu, les méthodes pédagogiques, les outils proposés, le matériel utilisé et le style d'animation.

## EFFECTIF DU GROUPE

Afin que la dynamique de groupe soit la plus optimale et que le transfert de compétence soit le plus aisément possible, la formation se limitera à 12 personnes.

## INTERVENANTE

Sandrine LEROUX, formatrice au Centre de ressources sur la non-violence.

## LIEU

A Castanet-Tolosan, l'adresse exacte vous sera donnée lors de votre inscription

MODALITES PRATIQUES	
• <u>Tarif pour les particuliers</u> : 120 € pour les deux jours/ 14h de formation.	• <u>Tarifs professionnels</u> , nous contacter.
L'aspect financier ne doit pas être un frein à votre participation, nous contacter pour rechercher ensemble une solution adaptée. Ces tarifs sont valables jusqu'au 31/12/2025.	
• <u>Horaires</u> : 9h30 - 17h30. Accueil à 9h15.	• <u>Repas</u> : prévoir un repas à partager sur place.