Programme de formation

17 novembre 2026

Utiliser l’approche non-violente pour réguler les conflits

Pourquoi cette formation ?

Cette formation vous permettra de mieux connaître et d’apprendre à utiliser, en situation de crise, un processus combinant langage, façon de penser, et savoir-faire : la communication et l’approche non-violente.

Objectif principal

Découvrir et maîtriser des outils souvent méconnus pour réguler l’instant de crise.

-

Objectifs opérationnels

- Réaliser que la perception de violence est relative
- Appréhender le rôle, la dynamique et l’impact des émotions afin de les mettre à distance
- Découvrir les comportements sous stress, les processus qui déclenchent la surenchère, mais aussi les attitudes permettant d’apaiser les situations à haute intensité

Contenu

Analyser l’instant de crise pour mieux le mettre à distance

La perception de la violence diffère d’un individu à l’autre.

Connaître ses émotions pour les mettre à distance.

L’impact des émotions et des représentations

Comment affectent-elles l’image portée sur l’Autre ?

Comment nous empêchent-elles d’avoir des réactions appropriées ?

Quels besoins sous-jacents les émotions traduisent-elles, chez soi, chez l’autre?

Prendre conscience de l’impact des préjugés dans l’échange.

Les outils pour garder son calme et répondre pendant l’instant de crise

Centre d'écodéveloppement et d'initiative sociale
10 rue Chevreul 75011 Paris
Tel: 01 41 58 52 40
Association Loi 1901 - Siret 42068662800058 - APE 913E - NAF 9499Z
cedis@cedis-formation.org - http://www.cedis-formation.org

L’importance de la respiration.

Les différents types de reformulation.

Méthode pédagogique et pré-requis

Formation tous niveaux, qui nécessite pas de pré-requis.

Alternance d’apports théoriques, de séquence de découverte collective et de cas pratiques tirés du vécu des participants.

Les stagiaires seront évalués par questionnaire, en début et fin de formation, par le formateur via une grille d’indicateurs, afin de mesurer l’acquisition des connaissances ou méthodes.

Formation qui s’inscrit dans la continuité de
« S’exprimer sereinement dans un contexte conflictuel »

Format

Formation déclinable sur 1 ou 2 journée(s).

Public cible

Elu·es et collaborateur·trices d'élu·es, agents de la fonction publique, acteur·trices travaillant avec les collectivités locales (structures privées, associatives...).

Pour les personnes en situation de handicap: contacter
le référent
Cédis.

Inscriptions

Pour les élu·es :
modalités de financement et d'inscription .

Pour les agents de la fonction publique, les salarié·es, ou autres :
modalités de financement et d'inscription .