

WEBINAIRE

OUTILS DE LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

Jeudi 16 mars 2023
14h-16h

OUTILS DE LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

CYCLE DE CONFÉRENCES BIEN ÊTRE AU TRAVAIL



16 mars 2023
14h-16h



FONCTIONNEMENT DU WEBINAIRE



Compte tenu du grand nombre de participants, les caméras et micros sont désactivés



Nous demandons aux personnes connectées avec leur téléphone de faire connaître leur nom et prénom dans le chat afin de pouvoir établir la liste d'émargement



En cas de problème de technique: son..., essayez les solutions suivantes:

- rafraichir la page
- se déconnecter, se reconnecter
- changer de navigateur



Merci de réserver le chat pour poser les questions



Un temps sera prévu pour les questions de façon régulière

OUTILS DE LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE



CYCLE DE CONFÉRENCES BIEN ÊTRE AU TRAVAIL



16 mars 2023
14h-16h



Cycle de de 5 conférences sur le « Bien-être au travail »

- Prévention des troubles musculo-squeletiques
- Prévention des risques vocaux
- Gestion du stress et des émotions
- Apports et outils de la psychologie positive



Groupe de réflexion académique et inter-catégoriel: différents groupes de formateurs (GREC, communication et management), conseillers de prévention, psychologue du travail, corps d'inspection, DRH et des chercheurs/ses:



Public: intercatégoriel



Objectifs: sensibilisation et proposition de ressources ou formation pour aller + loin

Ce webinaire est enregistré

OUTILS DE LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE



PRESENTATION DES INTERVENANTS



16 mars 2023
14h-16h



Laetitia Cibrario, cheffe d'établissement, formatrice EAFC (groupe Communication et Management)



Philippe Armand, formateur académique groupe GREC, facilitateur en intelligence collective et coach certifié (cabinet Didascalis Grenoble. En cours de formation CNV



Elise Lebeau, enseignante SVT en collège, formatrice académique (CPS), DU Promobe, en cours de formation CNV



Eric Bittar, enseignant & chercheur en humanités numériques, formateur et superviseur en Analyse Transactionnelle dans le champs Education (TSTA E), Formateur EAFC (groupe Communication et Management)



Corinne Degroote, cheffe d'établissement, formatrice EAFC (groupe Communication et Management), certifiée en coaching, PNL

OUTILS DE LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE



DEROULE DU WEBINAIRE



16 mars 2023
14h-16h



- Introduction
- La PNL (Programmation Neuro-linguistique) pour Communiquer, Réussir - Accompagner (Corinne Degroote)
- L'analyse transactionnelle au service d'une communication de qualité – Approche par le triangle dramatique (Eric Bitar)
- Communication et Process Com (Corinne Degroote)
- Conclusion



[Retrouvez le webinaire 2022 sur notre site](#)

Communication et PNL



Corinne Degroote

La **PNL** pour
Communiquer- Réussir- Accompagner



Corinne Degroote

Qui suis je?

Passionnée par le développement et l'accompagnement de l'être humain.

Une pensée

« Tu changes d'angle de vue sur ta vie,
tu changes de vie ».

Franck Lopdvet

Mon parcours

Chef d'établissement`

Formatrice EAFC en management et communication, gestion de crises, climat scolaire

Coach

Praticien coach en PNL

Certifiée en intelligence collective

Présentation

- Qu'est ce que la PNL?
- Qu'est ce que la communication?
- La perception des messages
 - ✓ L'écoute active
 - ✓ Le langage corporel
 - ✓ Les cartes du monde
- S'exprimer
 - ✓ Le corps parle avant les mots
 - ✓ Etat COACH
 - ✓ Le poids des mots et le langage d'influence
- Contexte / Environnement:
 - ✓ Pyramide de Dilts
 - ✓ Cultiver un environnement, un cadre, des rituels
 - ✓ Contexte bienveillant



Qu'est ce que la PNL?

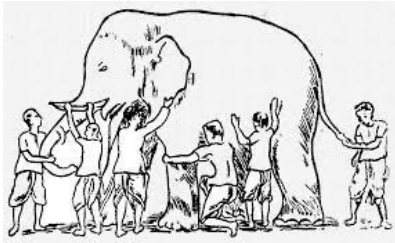


QU'EST CE
QUE LA PNL ?

- **PROGRAMMATION** : parce que nous mettons en place, consciemment ou inconsciemment, des programmes c'est à dire des façons de penser, de ressentir, de nous comporter, que nous employons dans notre quotidien
- **NEURO** : parce que ces programmes sont codés et inscrits dans nos circuits neuronaux et « une chimie cérébrale » produit une influence sur notre état psychique .
- **LINGUISTIQUE** : le langage permet de coder et de partager notre expérience, par nos mots, notre manière de parler et notre langage corporel. En écoutant l'autre, on comprend mieux les problèmes de la personne, comment elle construit sa vision du monde.

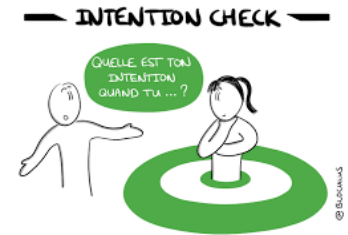
➤ **La PNL est l'étude des comportements à succès**

Quelques postulats de la communication en PNL



« La carte n'est pas le territoire qu'elle représente ».

Chaque comportement obéit à une intention positive.



Dans la communication, il n'y a pas d'échecs, seulement du feedback

Lors d'une interaction entre personnes, celle qui aura le plus de flexibilité et de variations dans son comportement, contrôlera le résultat de l'interaction.

"Je ne perds jamais. Soit je gagne, soit j'apprends."

> Nelson Mandela

@commadesmots #cdm



Qu'est ce que la communication?



- En un mot, qu'évoque pour vous le mot communication?



Sondage avec nuages de mots

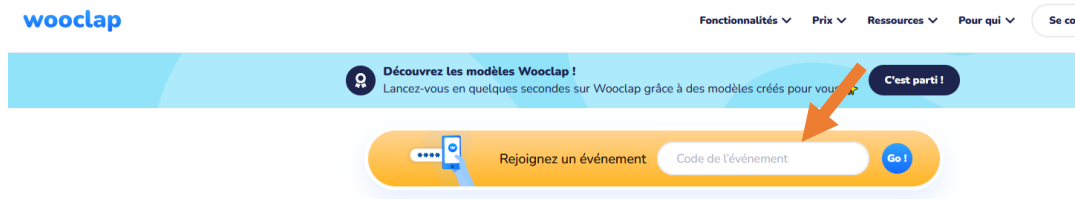


Temps interactif

« En un mot, qu'évoque pour vous le mot communication? »

POUR REpondre

- 1 – Connectez vous sur wooclap.com
- 2 – Renseigner le code: **COM16** dans la fenêtre « rejoignez un évènement »



- 3 – Puis cliquez sur **GO**

Qu'est ce que la communication?

- Com = avec
communication= mettre en commun, faire part, partager
- Trois niveaux de communication :
 - Conscient : informations qu'on a en tête
 - Pré conscient : tout ce à quoi on peut avoir accès si on y prête attention (ressenti, environnement)
 - Inconscient : lié à notre personnalité, à notre histoire, à notre milieu socio culturel.
- Dans la communication, on a le fond et la forme.
 - Communication non verbale = 55%
 - Ton de la voix = 38 %
 - Les mots = 7 %. selon A. Mehrabian

Perception

- Prendre le temps d'écouter vraiment – Ecoute active



Soigner la
relation

Synchronisation

Ecoute
silencieuse

Accueillir, faire
préciser

Reconnaissance

Ouverture

Perception

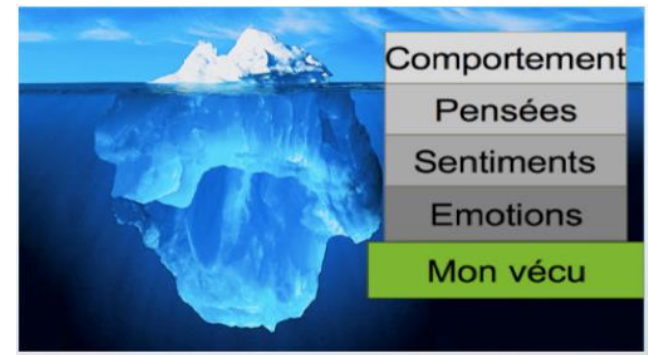
- Langage corporel



Perception

Les cartes du monde

- Notre carte du monde: notre représentation du monde en fonction de notre éducation, nos expériences, notre culture, nos croyances,...
- Prise en compte de la carte du monde de l'autre pour mieux le comprendre et ajuster notre communication
- Pas de carte meilleures qu'une autre mais certaines plus efficaces dans certaines situations



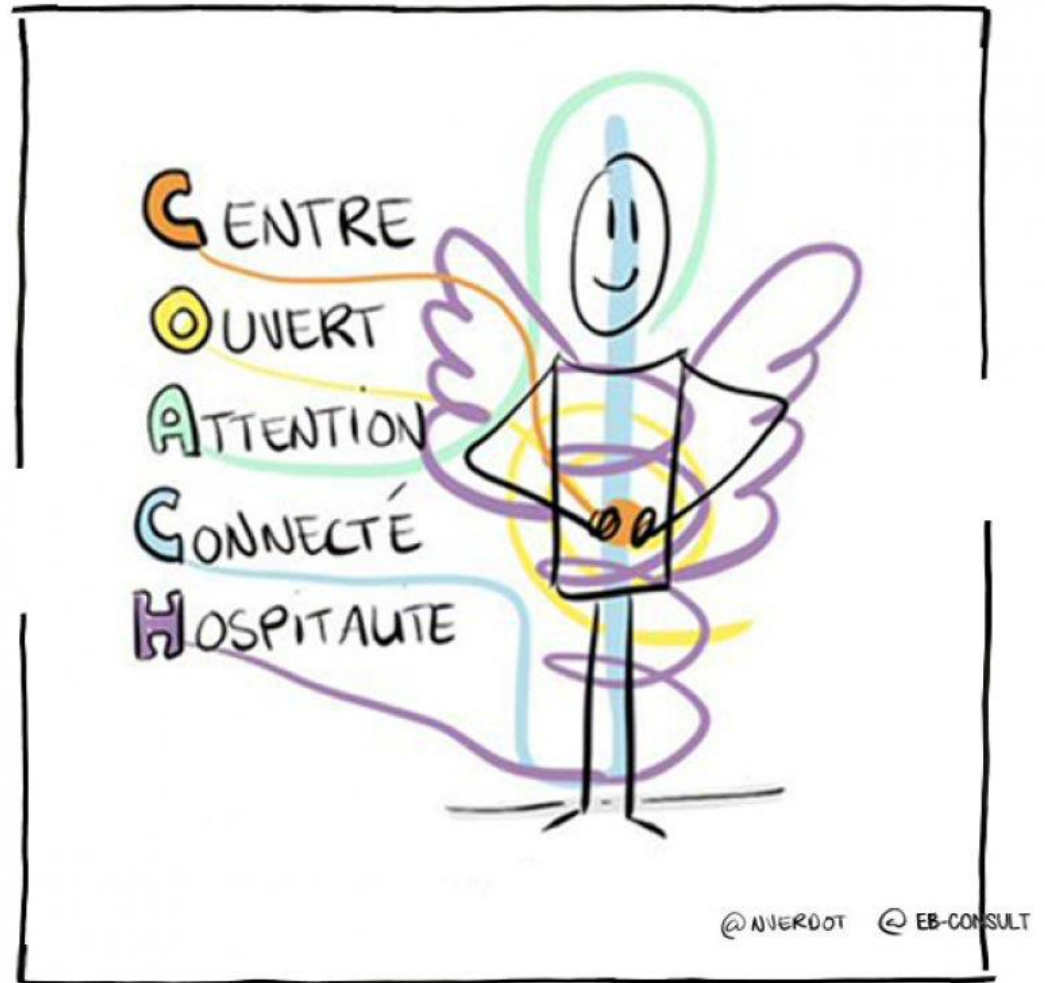
S'EXPRIMER

- Le corps parle avant les mots



S'EXPRIMER

- Etat COACH



S'EXPRIMER – le poids des mots - le langage d'influence

- Le langage d'influence (langage ériksonien) permet de :
 - Communiquer au niveau conscient et inconscient.
 - Assouplir les croyances (convictions)
 - De passer du toxique au tonique (les mots transmettent une énergie)

Ex: « Si jamais tu réalises ton projet, il te faudra poursuivre les autres objectifs, mais attention, tu devras les atteindre.

Maintenant, focalise toi sur les efforts que tu devras faire, mais dis-toi qu'il te faudra t'y mettre immédiatement, si tu comptes réussir. »



- Que ressentez vous en entendant ces phrases? (sur le chat)

S'EXPRIMER

le poids des mots - le langage d'influence

Ex: « Si jamais tu réalises ton projet, il te faudra poursuivre les autres objectifs, mais attention, tu devras les atteindre.

Maintenant, focalise toi sur les efforts que tu devras faire, mais dis-toi qu'il te faudra t'y mettre immédiatement, si tu comptes réussir. »

Autre solution :

« Lorsque tu auras atteint ton projet, tu te sentiras libre de poursuivre tes autres objectifs et de les atteindre également, n'est-ce pas ?

Quels sont les efforts et les étapes que tu peux mettre en place? »

S'EXPRIMER

le poids des mots - le langage d'influence

- Le cerveau ne retient pas la forme négative

Ex : « Cette robe ne te grossit pas ».

on retient :

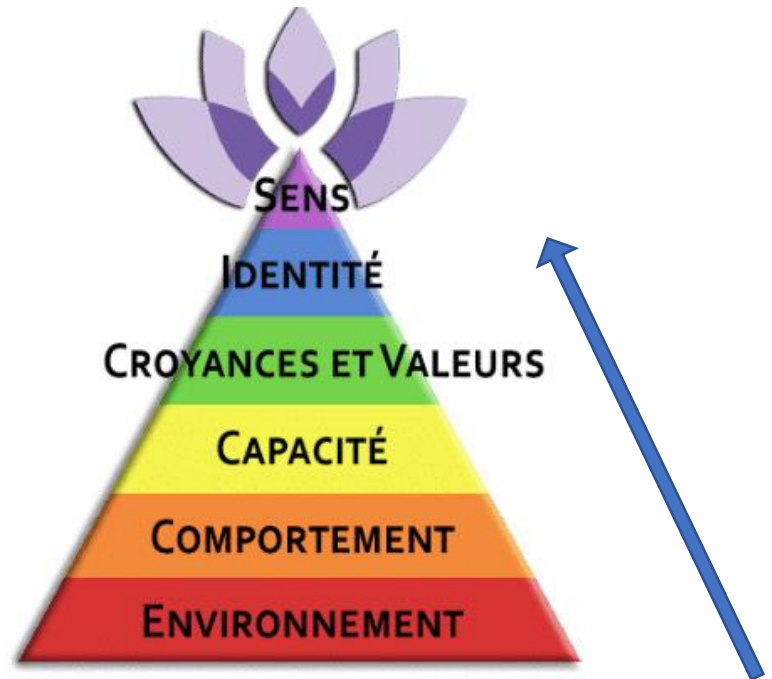
pourquoi d'autres me grossissent ? cela se voit que je suis enveloppée. J'ai grossi ?

Mieux dire : « cette robe te va bien »

CONTEXTE/ ENVIRONNEMENT

- « Les mots, l'arbre qui cache la forêt »

Pyramide de Dilts



CONTEXTE/ ENVIRONNEMENT

Une petite histoire pour vous

« Il était une fois un petit village perdu dans la montagne. Les villageois travaillaient beaucoup pour assurer leur subsistance ; leurs conditions de vie étaient rudes et ils étaient souvent accablés par leurs soucis. Rares étaient les rires et les sourires, même sur les lèvres des enfants. Un jour, un sage arriva au village. Il passa quelques jours parmi les villageois et au moment de partir, il s'adressa à eux dans ces termes. « Mes amis, je vous remercie de votre hospitalité ; avant de vous quitter, je voudrais vous faire une grande révélation : il est, parmi vos enfants, un être merveilleux qui plus tard deviendra une véritable bénédiction pour vous tous et pour le pays tout entier. » Malgré toutes les questions pressantes, le sage ne voulut rien ajouter et se mit en route. Alors les habitants du village se mirent à méditer les paroles du vieux sage... Et la vie reprit au village, mais pas comme par le passé. Se demandant lequel pouvait bien être l'enfant merveilleux, chacun se mit à regarder ses enfants, à les écouter, à faire attention à la moindre de leurs paroles... Peu à peu, un grand respect naquit dans le cœur de chacun envers chaque enfant, et chaque personne. Les yeux se mirent à briller de fierté et de joie, les visages devinrent lumineux et souriants. Les rires et les chants retentissaient dans chaque foyer, dans les rues, dans les champs. Le village devint florissant et il y faisait bon vivre. Personne ne sut jamais qui était cet enfant merveilleux. »



- Qu'ont provoqué les paroles du sage chez les villageois?
- Que ressentez-vous ?

CONTEXTE/ ENVIRONNEMENT

✓ Environnement serein:

- cadre, rituels

✓ Contexte bienveillant:

- pro activité, « soft skills », signe de reconnaissance, prise en compte des besoins de l'autre



DES QUESTIONS ?

