



INSCRIPTIONS AVANT LE
27/02/2026

Organisé en Limousin à Limoges (87)

Objectifs

- Connaître nos mécanismes internes et relationnels,
- Prendre conscience de l'impact de la relation dans la pratique professionnelle aussi bien pour les usagers, jeunes, adhérents, collègues, partenaires...
- Identifier les attitudes à risque dans sa communication : relation interpersonnelle et relations collectives
- Savoir écouter les usagers, collègues, partenaires pour les aider
- Être capable d'affirmer une règle, un cadre, un point de vue en respectant celui de l'autre
- Prévenir et gérer les conflits
- Créer des relations satisfaisantes

Public

- Tout professionnel (salarié) du secteur socio-éducatif, de la jeunesse, du sport, des associations désirant améliorer ses connaissances et compétences de communication en situation professionnelle.
- Cette formation s'adresse à tous niveaux hiérarchiques et à tous les domaines du secteur socio-éducatif et associatif
- Groupe de 6 à 15 personnes

Prérequis

- Cette formation ne nécessite aucun prérequis.

Profil du formateur

- Thibaud DELAUNAY
- Formateur expérimenté, certifié en Communication Efficace Ateliers Gordon© (Enseignants, Educateur, Parents)
- Animateur en analyse de pratique professionnelle (co-développement)
- Maître praticien PNL, DU de préparation mentale en psychologie du sport, Coach certifié MBTI© et Action Types©, Analyse transactionnelle...

Durée et organisation

- Durée globale : 5 jrs complets soit 35h00 de formation
- Mise à disposition d'un carnet et de contenu
- Quizz et distanciel à l'issue de chaque module.

Lieu

- Salle de formation : Centre de formation CHEOPS 87, 55 Rue De L'ancienne École Normale D'instituteurs, 87000 Limoges
- <https://maps.app.goo.gl/G1A7DmMza2VGtDeM7>

Dates et horaires

5 jours de 9h00 à 17h00 : 5 jeudis : 19/03/26 ; 26/03/26 ; 02/04/26 ; 23/04/26 et 30/04/26

	Jour complet 9h à 17h				
Dates	19-mars	26-mars	02-avr	23-avr	30-avr

Tarifs

- Salariés : 2100€ (60€/heure) - Prise en charge à 100% par l'OPCO (Unifomation, AKTO, OPCOEP...), **Aucun frais à avancer** (le paiement se fait directement par l'OPCO auprès de l'organisme de formation. Contacter le formateur pour les modalités pratiques et le suivi)
- Autres statuts (indépendants, collectivités, particuliers) : 750€ (150€/jour)

Organisme de formation certifié



REPUBLIQUE FRANÇAISE

COMMUNIQUER ET MANAGER AVEC EFFICACITÉ ET BIENVEILLANCE

Développer ses compétences psycho-sociales

PROFESSIONNELS DU SECTEUR SOCIO-ÉDUCATIF, DE LA JEUNESSE, DE L'ASSOCIATIF

PROGRAMME

1 • Les fondamentaux de la communication

- Améliorer son Efficacité relationnelle (usagers, enfants, jeunes, adhérents, collègues, partenaires...)
- Les 12 obstacles à la Communication
- Apports sur les notions de position haute, position basse ; quelles conséquences pour la relation.
- La fenêtre des comportements, et la notion de seuil d'acceptation
- Les 4 situations relationnelles.
- A qui appartient le problème ?

2 • Écoute-Active

- Comment réellement écouter (aider) les autres (usagers, enfants, jeunes, adhérents, collègues, partenaires...) ?
- La communication verbale et non verbale
- Comment déjouer les pièges de la communication ?
- Résoudre les problèmes en développant l'autonomie

3 • Affirmation de soi

- Comment s'affirmer en respectant l'autre (usagers,

collègues) ?

- Comment poser un cadre, des règles efficacement en restant bienveillant ?
- Formuler des messages constructifs pour préserver l'estime de soi.
- La construction du « message-je » de confrontation
- Les autres messages: les messages ARP (appréciation, révélation, prévention)
- L'importance du changement de position
- Le principe de la dépollution.

4 • Résolution de conflit

- Gestion des émotions dans la communication: colère, peur, stress et anxiété
- Différencier les besoins des solutions
- Qu'est-ce qu'un conflit ? Les 6 étapes de la résolution de conflit sans perdant
- Anticiper les conflits en aménageant son environnement de travail

5 • En plus

- Retour sur la pyramide de Maslow
- Principe de Médiation
- Construire et suivre son plan d'Efficacité Personnel
- Analyse de pratique professionnelle

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

La formation s'appuie sur la mise en application d'un guide de formation (de plus de 100 pages) qui permet au participant de suivre la progression pédagogique de la méthode développée par la psychologie humaniste : Carl ROGERS, Thomas GORDON, Elias PORTER...

Cette formation est active et se déroule sous forme d'exercices et de jeux de rôle qui mettent en scène des situations réelles vécues par les participants. L'animation des séquences de formation se déroulent à l'aide d'outils interactifs.

Environ 30% du temps est consacré à des apports théoriques sous forme interactive et 70% sous forme d'exercices et de jeux de rôles.

SUIVI ET ÉVALUATION DE L'ACQUISITION DES COMPÉTENCES

Le suivi individuel de l'acquisition des compétences est réalisé de plusieurs manières :

- Révisions suivies d'un quizz après chaque module
- Evaluations en fin de formation, lors de mises en situations, jeux de rôles.

- Session de suivis en analyse de pratique professionnelle pour valider la mise en place des concepts et les processus d'auto-correction.

Une évaluation de la satisfaction de chaque stagiaire est réalisée à l'issue de la formation. Elle est complétée par l'appréciation du formateur à chaque session.

PRÉ-INSCRIPTIONS EN LIGNE

[HTTPS://FORMS.GLE/SBBH3MT2SDQ2TKE8A](https://forms.gle/SBBH3MT2SDQ2TKE8A)

CONTACT POUR EXPLICATIONS OU AIDES ADMINISTRATIVES

Thibaud DELAUNAY – Formateur

SIRET N° : 877 720 623 00017

Tél. : 06 63 73 62 62 – Mail :

thibaud.delaunay@gmail.com

Site : <http://thibaud-delaunay.fr>

