

Stage Rapports Humains module 2

Jour 1	Jour 2	Jour 3
<p>9H</p> <ul style="list-style-type: none"> - Accueil compta - Jeux de Présentation - Présentation stagiaires - Programme, horaire souple et organique - Tour de parole projet Attentes des participants, - But et déroulement du stage - Créer la membrane (confidentialité, non jugement,) - Les besoins fondamentaux des êtres vivants, les besoins humains - Que se passe-t- il quand les besoins sont incombés ??? - Différence entre les besoins fondamentaux et les désirs compulsifs 	<p>8h45 Tour de parole sur le ressenti de la journée passée (recueil des tensions feed back)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Qu'est ce qu'un conflit ? D'où vient le conflit ? - Cas concret - Base de communication assertive bienveillante - Observer des faits - Ressentir ses émotions - Trouver les besoins insatisfaits - Faire des demandes claires et négociables - Trouver l'équilibre entre donner et recevoir - Ateliers pratiques - Marelle de communication, tours de rôles (sur les problèmes que vous voulez travailler) 	<p>8h45 Tour de parole sur le ressenti de la journée passée (recueil des tensions feed back)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Développer l'écoute active - La présence à soi et à l'autre - Savoir se centrer - Savoir reformuler - Exercice pratique d'écoute active et reformulation - Se servir du mode CNV comme fil conducteur pour faire de l'écoute active - Exercice pratique d'écoute active et reformulation
12H30-14H Repas	- 12H30-14H Repas	13H00-14H Repas
<p>14h/17H30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Découverte du tableau de bord interne de notre véhicule - Le hara, centre d'énergie vitale et voyant de base du tableau de bord - Ateliers pratiques - A la recherche de nos besoins fondamentaux insatisfaits - Jeu des 1001 - Les besoins frustrés et la perte de l'Estime de Soi - Base de l'incapacité à combler nos besoins. - Où en est votre estime de vous ? (prendre une situation concrète) - Le sacrifice du soi pour la paix du groupe, base du conflit intérieur et extérieur - Ce que j'aime et n'aime pas en moi - Les jugements (inquisition portative) 	<p>14h/17H30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ateliers pratiques - Marelle de communication, tours de rôles - Différencier les besoins & les désirs - Ainsi que les sentiments des jugements cachés - Partage de ressentis - Ateliers pratiques - Marelle de communication, tours de rôles - Partage de ressenti 	<p>14h/17H</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guérir la relation par l'expression des sentiments et l'écoute active. - Savoir mesurer la panique que je génère en l'autre en étant avec lui, savoir accueillir nos difficultés et celles des autres - Gestion interne du conflit - Ateliers pratiques - Exercice d'écoute empathique sur trame CNV - Exploration de la frustration inhérente à tout stage - Bilan du stage (recueil des suggestions sur le contenu et la pertinence du contenu du stage)