



# Empreinte Collective

*Formation professionnelle*

## Introduction à la Communication Collaborative

La Communication Collaborative modélisée par Marshall Rosenberg est bien plus qu'un simple outil de communication interpersonnelle. C'est un levier puissant de transformation professionnelle qui s'appuie sur la connaissance de soi, l'expression authentique et l'écoute de l'autre.

---

## LIEU DE LA FORMATION

Formation 2 j. en présentiel à Avignon

---

## PRÉ-REQUIS

- Comprendre et parler le français
- 

## PUBLICS

- Professionnels exerçant dans des métiers nécessitant des compétences relationnelles, par exemple les métiers du management, de l'accompagnement, de la formation, de l'éducation, du soin, etc.
  - Toute personne souhaitant développer des relations plus fluides, constructives et sereines avec son entourage professionnel et personnel
- 

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Cette formation permet de découvrir et expérimenter la Communication Collaborative comme outil de transformation relationnelle et professionnelle. Elle propose un cadre pour :

- Découvrir les bases de la Communication Collaborative
  - Connaître et expérimenter 3 types d'écoute
  - Utiliser les 4 étapes du processus pour comprendre une tension relationnelle
  - Connecter ses aspirations profondes et ses valeurs professionnelles
-

## À L'ISSUE DE LA FORMATION, LES STAGIAIRES SERONT EN CAPACITÉ DE :

- Identifier les freins à la communication interpersonnelle
  - Comprendre les observations, ressentis, besoins et demandes
  - Pratiquer les 3 types d'écoute
  - Différencier l'écoute empathique des autres types d'écoute
  - Formuler des demandes au service de la collaboration
- 

## DURÉE

- 2 jours de formation (14h en présentiel)

**soit 14 h de formation**

---

## COÛT DE LA FORMATION

1180€ € HT

Contactez-moi en direct pour avoir des informations sur les prises en charge à l'adresse email : [anais@empreintecollective.fr](mailto:anais@empreintecollective.fr) en précisant votre situation (salarié, indépendant, demandeur d'emploi...) et votre OPCO (organisme de prise en charge de la formation professionnelle).

---

## MÉTHODES UTILISÉES

Pédagogie participative et expérientielle :

- Apports théoriques
  - Exercices pratiques individuels
  - Mises en situation concrètes issues du vécu des participants, jeux de rôle
  - Travail en binômes et sous-groupes
  - Retours réflexifs et partages collectifs
- 

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Questionnaire de positionnement en début et en fin de formation
  - Évaluation continue à travers les mises en situation
  - Temps de bilan individuel et collectif
-

## FORMATRICE

Anaïs RAMBAUD

[anaïs@empreintecollective.fr](mailto:anaïs@empreintecollective.fr)

06 62 17 54 23

[LinkedIn](#)

► Pré-inscription :

<http://leveilleur-scop.fr>

---

### **Jour 1 : Les 4 étapes de la Communication Collaborative**

- Introduction au processus (observation – sentiment – besoin – demande)
- Exploration des freins à la communication (et leurs effets)
- Connaître les 3 directions de la Communication Collaborative
- Découvrir et expérimenter les 3 types d'écoute de la Communication Collaborative

### **Jour 2 : Percevoir les bénéfices de la CC en milieu professionnel**

- Changer de regard sur les obligations professionnelles
  - Identifier ses aspirations professionnelles
  - Formuler une demande au service de la collaboration
  - Différencier les 2 types de demandes
- 

## PROCHAINES SESSIONS

**Dates :**

**11 et 12 décembre 2025**

**23 et 24 mars 2026**

---