



La communication verbale/non verbale

Objectifs

- Sensibiliser les professionnels à la communication verbale et/ou par le toucher entre l'aidant et la personne.
- Développer les capacités d'observation et mieux communiquer dans un contexte bienveillant, quelque soit le contexte émotionnel.

Public concerné

- L'ensemble des intervenants à domicile, qu'ils soient soignants ou aides à domicile.

Format du stage

- Groupes de 12 à 15 personnes maximum
- Le rythme : il est adaptable, de 6 à 7 heures par jour pendant 3 jours, soit 21 heures maximum /par groupe en général

Intervenants / formateurs

- Formateurs, Thérapeutes,
- sophrologues de la Fédération française de Sophrologie (FFS).



La communication verbale/non verbale

ORGANISATION, DUREE

- Le rythme du programme peut être variable et modulable pour une durée totale de 21 heures.
- La formation est organisée en 3 journées continues consécutives mais peut aussi être adaptée aux besoins des structures.
- Les groupes ne doivent pas dépasser 12 à 15 personnes afin de favoriser la dynamique de la communication.
- Lors de la dernière ½ journée, un temps d'échange sera réservé à l'évaluation de l'action.

CONTENU

COMMUNICATION NON VERBALE

Repérer les principaux signes de la communication non verbale

- Identifier les différentes manifestations du paralangage :
 - les postures corporelles,
 - les gestes,
 - les expressions du visage, le regard,
 - la respiration.
- Expérimenter la communication non verbale afin de découvrir ses impacts relationnels.

Appréhender les messages du corps dans la relation à l'autre

- Découvrir les tabous et croyances liés au corps.
- Prendre conscience de la mémoire corporelle dans les troubles psychosomatiques.
- Expérimenter les différentes distances corporelles mises en place dans la relation duelle.
- Identifier les émotions dans le contact non verbal.
- Repérer les différentes émotions dans la communication non verbale :
 - Joie, tristesse, colère, peur, dégoût.
 - Ecouter l'autre dans le respect de l'émotion présente.
 - Développer une meilleure gestion émotionnelle.

Développer ses aptitudes à la communication non verbale

- Identifier les messages du corps.
- Tenir compte des émotions présentes dans la relation.
- Affiner sa posture corporelle.
- Trouver son style de présence à un autre.
- Permettre à la relation d'être plus fluide.

Moyens techniques et pratiques

- Expérimenter de nouvelles attitudes corporelles pour améliorer ses qualités relationnelles.
- Utiliser des outils de ressourcement professionnels :
 - techniques de relaxation et de visualisation,
 - initiation aux automassages,
 - expression corporelle.

COMMUNICATION VERBALE

- Echanges avec les participants sur leurs attentes et sur la possibilité d'améliorer la communication par le toucher.
 - La communication avec les personnes accompagnées à domicile,
 - Travail sur les postures, gestes et enchainements praticables sur les personnes âgées et applicables aux situations de travail vécues par les participants.
 - Poser les limites nécessaires pour soi-même et pour l'autre dans une relation dont le médiateur est le toucher.
 - Jeux, mises en situations en tentant d'améliorer les différents modes de communication.
 - Développement des capacités d'observation.
- Les résultats obtenus ou effets ressentis seront aussi variés que le nombre de participants. Il n'y a pas en la matière une seule réponse possible, ni un seul résultat possible.
 - L'animatrice se tiendra disponible au cours de l'atelier pour répondre aux questions, mais également à la fin de l'atelier pour traiter de questions plus personnelles, si besoin est.

MODALITES DE FONCTIONNEMENT DU GROUPE

- Comme pour tout travail en groupe, il est important de définir des règles que nous nous engageons à respecter tout au long de l'atelier, mais également à la fin de l'atelier.
- La parole dans le groupe est libre dans le sens où chacun a le droit de s'exprimer ou pas, selon ce qu'il souhaite ou ressent. Mais aucun jugement ne sera porté sur ce qui sera dit par les participants. L'écoute de l'autre sera ainsi favorisée.
- Une totale confidentialité des informations échangées doit être garantie.
- Chacun est libre d'expérimenter les techniques proposées : exercices de relaxation, de respiration ou de visualisation.