

## **Titre : Initiation à la Communication Non Violente**

### **Objectifs pédagogiques :**

- Découvrir les bases de la Communication Non Violente (CNV) de Marshall Rosenberg par la pratique.
- Réfléchir à notre propre rapport au conflit.

### **Conditions :**

- Groupe de 10 à 15 personnes maximum.
- Durée : 1 jour (7 heures).
- Formation dispensée par une formatrice en CNV.

### **Méthodes pédagogiques :**

- Ateliers pratiques et jeux en binômes et en plénière.

### **Programme :**

- Brise-glace dynamique.
- Pratique de l'écoute active.
- Introduction à la Communication Non Violente.
- On ne pense pas tous.tes pareil ?
- Mise en pratique des 4 étapes de la CNV.
- Évaluation de la formation.

### **La plus-value de la formation :**

Au cœur des relations humaines, le conflit peut apparaître dans de nombreuses situations du quotidien et toucher aussi bien la vie personnelle, professionnelle que citoyenne. Apprendre à prévenir et résoudre les conflits est un atout majeur pour un mieux vivre ensemble.

## **Titre : Médias et numérique**

### **Objectifs pédagogiques :**

- Comprendre la mécanique de l'info
- Comprendre les conséquences des théories du complot, algorithmes et bigs datas
- Economie de l'attention
- Les usages raisonnés, l'éthique de l'IA

### **Conditions :**

- Groupe de 20 personnes maximum
- 1 jour (7 heures)
- Avec un formateur spécialisé sur le numérique

### **Méthodes pédagogiques :**

- Apports théoriques et pratiques
- Mise en situation
- Analyse de cas

### **Programme :**

- La fabrique de l'info
- Les algorithmes / Les bigs DATA
- L'économie de l'attention

### **La plus-value de la formation**

- Ateliers de groupe
- Savoir décrypter l'information
- Prendre de la distance vis à vis des usages
- Adopter un ton adapté
- Pouvoir évoquer la sobriété numérique / santé des usagers