

# Le non-jugement : de la théorie à la pratique

Lieu Locaux du bénéficiaire	<b>Public et prérequis</b> Formation accessible à tout professionnel de la relation ou de l'accueil	<b>Durée conseillée</b> 1 JOUR (6 heures)
	<b>Evaluation</b> Auto-évaluation des acquis de la formation	<b>Effectif</b> 6-15 / groupe

## Objectifs

- ✓ Comprendre... sans-jugement, la tendance humaine naturelle au jugement et ses fondements
- ✓ Développer un positionnement professionnel basé sur le non-jugement
- ✓ Acquérir des outils concrets pour mettre en pratique le non-jugement

## Contenu indicatif

- La tendance naturelle au jugement. Qu'est-ce qu'un jugement ? A quoi sert-il ? Que recouvre-t-il réellement ?
- Les conséquences relationnelles négatives des jugements. Sur la relation adulte-enfant, sur les relations avec les familles, les collègues mais aussi de soi à soi
- Comment faire autrement ? L'arrêt des jugements envers soi-même, clef de voute du processus. Le discernement au lieu du jugement
- Outils et exercices pratiques de non-jugement

## Méthodes

- Alternance d'apports théoriques, de mises en situation et d'exercices pratiques.
- Interactivité à partir de situations professionnelles
- Remise de supports et bibliographie à l'issue

## Approfondissement

Cette formation peut être complétée par une ou deux journées d'approfondissement ou de mises en situations pratiques.

*Toutes nos propositions de formation peuvent être adaptées aux besoins et attentes de nos clients*