

DOSSIER DE PRÉSENTATION

# À l'aise pour communiquer

*Atelier Gordon Jeunes*



LES ATELIERS  
GORDON

Coordinatrice France :

Clarence Delhumeau

06 21 49 82 73

[infojeunes@ateliergordon.com](mailto:infojeunes@ateliergordon.com)

55 rue Lauriston, 75116 Paris



[www.ateliergordon.com](http://www.ateliergordon.com)



Atelier Gordon Jeunes



*L'Atelier Gordon Jeunes* est une approche unique qui propose des clés efficaces et durables pour vivre sereinement les challenges relationnels du quotidien.



L'adolescence est un moment privilégié pour déterminer son identité, se réaliser et trouver ses forces et la confiance en soi. C'est également une période qui amène son lot de conflits, notamment avec les parents et les adultes.



Les jeunes ont besoin de tout l'appui que nous pouvons leur apporter pour passer de l'enfant à l'adulte, et pour démarrer une vie d'adulte en toute confiance.

*L'Atelier Gordon Jeunes* apporte des solutions efficaces aux difficultés relationnelles et aux mécanismes de défense, tels que la rébellion, la vengeance, le mensonge, la fuite, la consommation d'alcool ou de drogues etc.

### **Les jeunes apprennent :**

- à connaître leurs besoins,
- à prendre des décisions adaptées et responsables,
- à améliorer leurs relations avec leurs amis et leur famille.

Ainsi, au fil des séances, les jeunes améliorent leur confiance et leur estime d'eux-mêmes, et pourront continuer de les développer tout au long et dans tous les domaines de leur vie.

## Durée ?

12 séances de 1h30, soit 18 h de formation.

*Ces séances peuvent être regroupées en 6 demi-journées ou 3 journées.*



## Pour qui ?

Pour les jeunes de 12 à 20 ans, à l'aise ou non avec eux-mêmes et les autres.

## Comment ?



- ✓ Activités créatives
- ✓ Jeux de rôles
- ✓ Temps d'échange
- ✓ Partage d'expériences sur des problèmes connus
- ✓ Supports pédagogiques dynamiques et attractifs

Les jeunes ne sont pas évalué-es au cours des séances, chacun-e étant libre d'aller aussi loin qu'il-elle le souhaite sur son chemin. Chaque séance commence par des retours d'expérience sur la séance précédente et se termine par un debriefing de la séance. Des activités inter-séances sont proposées.

L'équilibre entre les expériences d'apprentissages structurés et les discussions ouvertes et libres instaure une ambiance qui permet aux jeunes de se sentir acceptés et compris.

## Par qui ?

Par des formateurs-trices certifié-es dans plus de 10 pays, depuis 1978 !



Hongrie Allemagne Madagascar Afrique du Sud  
Chine Finlande Canada États-Unis Suède  
Pays-Bas France Italie

## L'APPROCHE DE THOMAS GORDON

Les Ateliers Gordon ont été créés aux États-Unis pour diffuser l'approche de Thomas Gordon. Ils proposent des outils de communication simples et efficaces. Pratiquées régulièrement, les compétences acquises s'appliquent facilement dans toutes les relations.

Ils sont développés dans plus de 40 pays, depuis plus de 60 ans par Gordon Training International (GTI.). Les Ateliers Gordon sont dispensés partout en France par des formateur-trices certifié-es. Ils se déclinent en ateliers pour les parents, les jeunes, les enseignants, etc.

- 1 ✓ Être à l'écoute de soi  
✓ Reconnaître les cinq niveaux de besoins
- 2 ✓ Identifier les 4 situations relationnelles  
✓ Découvrir la fenêtre de perception  
✓ Comprendre à qui appartient le problème
- 3 ✓ Parler avec authenticité  
✓ Découvrir le message-JE (déclaratif, positif, et préventif)
- 4 ✓ Comprendre ce qu'est l'écoute  
✓ Découvrir l'Écoute active
- 5 ✓ Découvrir les différentes façons de communiquer et la façon dont nous les percevons  
✓ Aider ses amis par l'écoute
- 6 ✓ Savoir reconnaître lorsque j'ai un problème  
✓ Prendre conscience de l'impact des Messages « TU »  
✓ Apprendre à gérer la colère
- 7 ✓ Exprimer ses ressentis  
✓ Découvrir et s'entraîner au Message de Confrontation
- 8 ✓ Dépasser ses peurs et sortir des blocages liés à l'anxiété
- 9 ✓ Comprendre les conflits et les prévenir
- 10 ✓ Découvrir les 3 façons de résoudre les conflits  
✓ Apprendre à résoudre les conflits avec l'approche Gagnant-Gagnant
- 11 ✓ Accepter les différences et prendre conscience de nos valeurs  
✓ Résoudre les collisions de valeurs
- 12 ✓ Se fixer un·des but·s vers plus d'estime de soi et de meilleures relations avec les autres  
✓ Se donner les moyens de le·les atteindre



**Pour tout renseignement, n'hésitez pas à nous contacter !**  
**[infojeunes@ateliergordon.com](mailto:infojeunes@ateliergordon.com)**