



AMELIORER SES RELATIONS GRACE A LA COMMUNICATION NON VIOLENTE (CNV)

PUBLIC VISE :

Toute personne souhaitant améliorer ses compétences en communication et en gestion des relations interpersonnelles, que ce soit dans un contexte professionnel ou personnel, pour favoriser des relations plus harmonieuses et efficaces.

PRE REQUIS :

Aucun

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

A l'issue de cette formation, les participants seront capables de :

- Identifier les filtres qui altèrent la perception de la réalité
- Pratiquer l'observation sans juger ni interpréter
- Appliquer les 4 étapes du processus de communication non-violente (CNV)
- Utiliser le langage positif pour établir des bases solides de dialogue en entreprise
- Pratiquer l'écoute active pour prendre en compte les besoins d'autrui
- Reconnaître les obstacles à la communication et les surmonter
- Exprimer vos besoins sans les projeter sur les autres
- Formuler des demandes claires et non-exigeantes
- Appliquer l'intelligence émotionnelle pour gérer vos propres sentiments
- Développer une nouvelle approche de gestion des conflits en entreprise, en les redéfinissant

DUREE ET MODALITES D'ORGANISATION :

Dates : à définir

Durée : 14h (2 jours)

Horaires : de 9h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00

Organisation : Présentiel

Inter/Intra : à définir

Nombre de stagiaires prévus : à définir

LIEU :

A préciser

ACCESSIBILITE :

Pour toute situation de handicap, merci de nous contacter pour envisager la faisabilité

DELAI D'ACCES :

Jusqu'à 14 jours avant le début du module et/ou en fonction des places restantes

TARIF :

Devis sur demande

MOYENS D'ENCADREMENT :

CV du formateur pressenti à disposition

METHODES MOBILISEES (Moyens pédagogiques et techniques) :

- Le formateur alterne entre méthode démonstrative, interrogative et active (via des travaux pratiques et/ou des mises en situation)
- Supports de cours et exercices

MODALITES DE SUIVI D'EVALUATION :

- Evaluation diagnostique : test de positionnement
- Evaluation formative : exercices pratiques, études de cas, questionnements oraux, auto-évaluations, feedback du formateur, QCM, mises en situation tout au long de la formation
- Evaluation sommative : questionnaires, QCM, études de cas, mises en situation en fin de formation