

MIEUX COMMUNIQUER AVEC LA COMMUNICATION NON VIOLENTE (CNV)

En résumé

Un parcours de formation action personnalisé pour Apprendre à pacifier ses rapports aux autres, pratiquer l'écoute empathique, identifier ses besoins et respecter ceux des autres, deviennent autant d'objectifs de réussite professionnelle. Les enjeux et conflits relationnels sont aujourd'hui au cœur des relations professionnelles.

Objectifs

À l'issue du parcours, vous serez en capacité de :

- Appréhender les fondamentaux des techniques de la Communication Non Violente dans l'intention de créer ou préserver une qualité de relation professionnelle : pour soi, avec les autres.

» Participant

Tout collaborateur souhaitant développer et instaurer une communication bienveillante et relationnelle dans le respect mutuel de chacun

» Pré-requis

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

Programme

Se préparer au dialogue :

- Poser les situations professionnelles relationnelles difficiles
- Les attitudes de communication : s'exprimer / écouter
- Découvrir les étapes du processus CNV : Observation des faits / Identification des sentiments / Les besoins / La formulation de la demande
- L'auto-empathie

Ouvrir le dialogue en partant de ses besoins :

- Accueillir ses jugements et ses reproches
- Savoir observer
- Exprimer ses sentiments avec justesse
- Identifier et exprimer ses besoins
- Faire une demande claire et sans exigence
- Les types de demandes : les demandes d'action / les demandes de connexion / les demandes de compréhension.

Exprimer / recevoir :

- Un refus
- Un remerciement à nous même / à autrui
- Faire vivre le dialogue en intégrant les besoins de l'Autre :

Les attitudes d'écoute :

- Ecouter l'Autre avec empathie et bienveillance pour bien entendre
- Les manières de recevoir un message
- S'entraîner au dialogue non violent.

MIEUX COMMUNIQUER AVEC LA COMMUNICATION NON VIOLENTE (CNV)

Méthodes, moyens et suivi

» Méthodes pédagogiques

- Nombreux exercices pratiques et cas de synthèse pour acquérir les bons réflexes.
- Alternance d'apports théoriques et d'applications pratiques.
- Pédagogie active : échanges, analyses de pratiques, mises en situation, cas réels d'entreprises
- Support de formation remis aux participants.

» Moyens techniques

» Moyen d'appréciation de l'action

Lors de la formation, les participants sont soumis à des mises en situation, des exercices pratiques, des échanges sur leurs pratiques professionnelles permettant un contrôle continu de leur progression et du développement de connaissances et de compétences acquises conformément aux objectifs visés.

» Suivi de l'action

Les acquis sont évalués en cours et en fin de formation notamment au travers de QCM, mises en situations, mises en pratiques, présentations ... qui feront l'objet d'une analyse/correction et d'un retour du formateur.

Une évaluation de satisfaction est complétée par les participants et un tour de table collectif est réalisé avec le formateur en fin de formation.

» Accessibilité

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

CCI Formation est un relais auprès des acteurs du handicap pour répondre le mieux possible à votre demande de formation.

N'hésitez pas à prendre contact avec notre référent Handicap pour que nous étudions votre demande.

Un conseiller formation vous répondra sous 48h.

MIEUX COMMUNIQUER AVEC LA COMMUNICATION NON VIOLENTE (CNV)

Évaluations de la formation

Une évaluation des acquis sera réalisée en fin de formation par le formateur.
Elle permettra d'attester de l'acquisition des connaissances et développement des compétences par le stagiaire à l'issue de la formation.

Intervenant

Cette formation est animée par un consultant professionnel formateur spécialisé dans les domaines de formation.
Tous nos formateurs répondent aux normes exigées par notre système qualité.

Formation en InterIntra

1300€ net de taxe / personne certification
non comprise

Durée

2 jour(s)
14 heure(s)

Autres détails