
Les bases de la communication non violente (CNV)

Objectifs :

Découvrez et pratiquez la Communication Non Violente (CNV) pour des échanges plus authentiques et bienveillants.

Maîtrisez les 4 étapes clés de la CNV pour améliorer vos relations interpersonnelles.

Public concerné :

Prérequis :

Aucun

Qualification des intervenants :

Professionnel en exercice dans le domaine enseigné

Plus de 3 ans d'expérience

Moyens pédagogiques et techniques :

Formation distancielle, se fera via l'application Microsoft ZOOM, un lien de connexion sera adressé à chaque stagiaire avant le début de la formation par le formateur.

Classe interactive.

Connexion internet efficiente

Remise de support de cours numérique

Méthode alternant théorie (méthode expositive) et pratique (méthode active)

Projection Powerpoint /Liens ressources transmis à chaque participant(e) /Mise en situations.*

Durée de la formation : 6 heures.

Nombre de participants maximum : 12 stagiaires.

Programme :

1 - Découvrir la Communication Non Violente

- La place centrale de l'intention et de l'attention dans la communication
- Les obstacles à la communication

2 - Prendre en compte les 4 temps de la CNV

- Observer et analyser une situation sans juger
- Accueillir ses sentiments et les exprimer
- Mieux identifier ses besoins
- Présenter une demande claire, simple et réalisable

3 - Communiquer avec authenticité et bienveillance

- L'auto-empathie : se mettre à l'écoute de soi
- Pratiquer l'écoute empathique
- Favoriser l'expression de son interlocuteur en posant des questions
- Reformuler efficacement

Modalités d'évaluation des acquis :

Questionnaire de début de formation (QCM, tour de table)

Connaissance et savoir-faire acquis

Evaluation en contrôle continu (exercices, questions réponses, mises en situation)

Questionnaire de fin de formation (QCM), tour de table, synthèse, évaluation de fin de stage, à chaud, à froid.

Sanction visée : Attestation de fin de formation et ou Certification de réalisation

Matériel nécessaire pour suivre la formation :

Avoir un ordinateur avec caméra et micro intégré ou/ casque audio, webcam,

Bloc note – Stylo

Tarif TTC (TVA 20 %) : 250,00 €

Prise en charge totale ou partielle par le FIF PL, sous conditions d'éligibilité.

Nous contacter pour une demande de prise en charge **OPCO ou FAF PM**

Une question ? Un besoin particulier ?

N'hésitez pas à nous contacter **par mail** formation@oriffpl-regionsud.fr

ou par **téléphone** : 06 71 30 63 55