

CNV

Communication non violente

Programme de formation



Durée : 2 jours

Horaires : 09h00-12h30 / 14h00-17h30

Dates : Merci de nous consulter

Lieu : A déterminer



Public concerné : Tout professionnel

Prérequis : Aucun

Nombre de participants : De 6 à 12 personnes



Accessibilité aux personnes handicapées : merci de nous contacter



Prix : 1100€ par personne

En intra entreprise, merci de nous contacter pour le devis



Formateur : Formateur en neurosciences cognitives et comportementales et coach en développement personnel

Contact : contact@happy-learn-formation.fr
Tel : 07.69.44.72.04



Méthodes pédagogiques :

- Le programme combine des méthodes actives et participatives
- Apports théoriques
- Exercices pratiques
- Jeux de rôle
- Réflexion personnelle
- Evaluation formative

OBJECTIF :

- Définition et principes de la communication non violente
- Identifier les quatre étapes de la communication non violente
- Comprendre les principes de la communication non violente
- Développer des compétences d'écoute active
- Exprimer ses émotions de manière constructive
- Gérer les conflits de manière constructive

CONTENU :

Jour 1 :

- Définition et principes de la communication non violente
- Introduction à la communication non violente
- Définition de la communication non violente
- Présentation des quatre étapes de la communication non violente
- Les principes de la communication non violente
- L'empathie
- La responsabilité

Jour 2 :

- L'expression des besoins
- La formulation de demandes
- Applications de la communication non violente
- L'écoute active
- L'expression des émotions
- Identifier et nommer ses émotions
- Exprimer ses émotions de manière constructive