CCI FORMATION ILLE-ET-VILAINE

La Communication Non Violente : Un premier pas vers une communication constructive

CNV

PRÉSENTIEL SUR-MESURE

Objectif de formation

Comprendre les fondamentaux du processus de Communication Non Violente (CNV) afin d'établir des relations professionnelles de qualité. Identifier et clarifier les réactions internes en utilisant les concepts de base de la CNV pour s'engager de manière claire dans la relation avec autrui. Mettre en pratique les principes fondamentaux de la CNV pour engager un dialogue professionnel constructif avec les autres.

Programme

Comprendre le cadre, les principes fondamentaux de la Communication Non Violente (CNV) et les quatre étapes de la CNV

Identifier les facteurs qui peuvent entraver ou faciliter la communication.

Comprendre l'importance de l'intention et de l'attention dans la Communication Non Violente (CNV).

Explorer les quatre étapes du processus de la CNV.

Identifier les sentiments et émotions liés aux besoins satisfaits ou non satisfaits, formuler des demandes claires et concrètes pour une évolution de la situation.

Faire la distinction entre une observation et une interprétation.

Différencier un sentiment d'une évaluation masquée.

Faire la distinction entre un besoin et une stratégie.

Faire la distinction entre une demande formulée de manière respectueuse et ouverte, et une exigence imposée à l'autre personne.

Différencier une demande d'une exigence.

Clarifier ses propres réactions internes et introduction à l'auto-empathie.

Acquérir des compétences pour accueillir les paroles difficiles à entendre ou les actes délicats

Reconnaître les quatre manières de recevoir un message.

Établir une connexion par une demande de connexion.

Expérimenter le processus de la CNV.

Les points forts de la formation

- Favoriser des relations plus respectueuses des besoins de chacun
- Se sentir mieux compris et écouté pour renforcer les liens et favoriser une communication plus harmonieuse.
- Avoir une communication plus fluide, une meilleure compréhension mutuelle et une diminution des conflits

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Tout public

Durée

2 Jours dont 14 Heures en centre

Tarif(s) net de taxe

Nous consulter

Adresse

Site de Saint-Malo
66 avenue de Marville,
35400 Saint Malo

https://www.cci-formation-bretagne.fr/ille-et-vilaine

Les conditions d'admission

Prérequis
aucun

Le parcours de formation

Objectifs pédagogiques
Comprendre le cadre, les principes fondamentaux de la Communication Non Violente (CNV) et les quatre étapes de la CNV. Identifier les sentiments et émotions liés aux besoins satisfaits ou non satisfaits, formuler des demandes claires et concrètes pour une évolution de la situation. Faire la distinction entre une demande formulée de manière respectueuse et ouverte, et une exigence imposée à l'autre personne. Acquérir des compétences pour accueillir les paroles difficiles à entendre ou les actes délicats.

▶ PRÉSENTIEL

Modalités d'évaluations
Dans le cadre de notre process qualité, évaluation systématique des éléments acquis en fin de formation.

Modalités pédagogiques
Apports théoriques et méthodologiques. Cas pratiques et nombreux exercices. Pédagogie active et participative. Débriefing de la démonstration avec complément d'apports sur le sens ou sur la méthodologie.

Date et mise à jour des informations : 15/12/2025

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet www.cci-formation-bretagne.fr

Contacts

JAMOIS Anne Emmanuelle
Anne-Emmanuelle.JAMOIS@ille-et-vilaine.cci.fr
CCI Formation Ille-et-Vilaine - Site de Saint-Malo - N° SIRET 130 022 809 00011 - N° d'activité 53351000435
66 avenue de Marville,, - 35400 Saint Malo
Tél. : 0299191520 - cci.formationcontinue@fac-metiers.fr - https://www.cci-formation-bretagne.fr/ille-et-vilaine

CCI FORMATION BRETAGNE