



Programme de formation

Améliorer sa communication grâce à la Communication Non Violente

Améliorer la communication et la collaboration avec vos collègues, collaborateurs, ou supérieurs grâce à la communication non-violente !

Cette méthode éprouvée permet de communiquer de façon constructive sur des sujets sensibles, ou des désaccords, de réduire voire éviter les conflits.

En une demi journée, vous découvrez et expérimentez la méthode grâce à quelques mises en pratique.

Durée : 3.50 heures (1.00 jours)

Profils des stagiaires

- Tout individu voulant obtenir plus de résultats positifs de sa communication et mieux interagir avec son environnement personnel et professionnel

Prérequis

- Aucun

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les principes fondamentaux de la communication non violente (CNV)
- Appliquer les principes de la CNV dans des situations de communication professionnelle
- Distinguer les observations des interprétations
- Apprendre à exprimer ses sentiments et ses besoins de manière constructive
- Apprendre à reformuler les demandes des autres pour mieux comprendre leurs besoins

Contenu de la formation

- Introduction à la communication non violente (CNV) : principes et concepts clés
 - Définition de la CNV et de son utilité
 - Présentation des 4 étapes de la CNV : observation, émotion, besoin, demande
 - Présentation des principes de la CNV : empathie, authenticité, responsabilité, bienveillance
 - Exemples de communication violente vs communication non violente
- Utiliser la Communication non violente pour résoudre des conflits ou des désaccords au travail
 - Présentation de cas pratiques de conflits ou de désaccords en milieu professionnel
 - Exercice pour identifier les besoins de chacun dans la situation de conflit
 - Exercice pour trouver des solutions qui répondent aux besoins de chacun
 - Mises en situation

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

L'équipe pédagogique CoachingLab&Partners est constituée en coachs et formateurs certifiés ainsi que d'une équipe administrative en support.

CoachingLab&Partners

75 avenue Montaigne

49000 Angers

Email : contact@coachinglab.fr

Tel : +33788963201



COACHINGLAB & Partners
FABRIQUE DE PERFORMANCES

Moyens pédagogiques et techniques

- Exposé théorique
- Mise en situation
- Mise à disposition du support de formation

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Evaluation avant formation
- Feuille de présence
- Mises en situation
- Evaluation en fin de formation à chaud et à froid

Accessibilité :

- Le client devra préciser si la formation aura lieu dans ses locaux ou si la location d'une salle sera nécessaire.