



COMMUNICATION NON-VIOLENTE EN ENTREPRISE

Comment retrouver de l'équité et de la bienveillance dans les communications en entreprise ?

Les incivilités et les incompréhensions s'observent tous les jours en entreprise. Les collaborateurs peuvent faire face à des difficultés dans leurs échanges, chacun interprétant les mots et les intentions. Ces conflits provoquent des tensions qui nuisent au travail collectif et à la performance du groupe. La **Communication non-violente (CNV) en entreprise** a pour objectif de changer la manière de communiquer. Elle encourage à développer la coopération, le dialogue et l'équité. Au cours **d'une formation** concrète et pratique, vous découvrirez comment travailler **vos prise de parole en public** et combler les besoins de vos collaborateurs afin de créer une ambiance de travail qualitative et résiliente.

FORMATIONS COURTES

INITIATION

Ref. : 3401319

Durée :
3 jours - 21 heures

Tarif :
Salarié - Entreprise : 1995
€ HT

OBJECTIFS

- Développer une communication bienveillante en toutes situations.
- Intégrer la technique de la communication bienveillante dans sa communication.
- Appliquer la communication bienveillante à ses communications orales.

EVALUATION

Les compétences visées par cette formation font l'objet d'une évaluation.

POUR QUI ?

Dirigeants, cadres, responsables de communication.
Toute personne désirant s'exprimer avec plus d'authenticité et d'efficacité devant les autres.

PRÉREQUIS

Connaître les fondamentaux de la communication orale.

COMPÉTENCES ACQUISES

Intégrer la technique de la communication bienveillante dans sa communication et l'appliquer à ses communications orales.

PARCOURS PÉDAGOGIQUE

- E-quiz amont
- Présentiel
- E-quiz aval

PROGRAMME

Communication non-violente en entreprise

Étudier le concept de la communication bienveillante

- Découvrir l'origine de la communication bienveillante et la définir.
- Se familiariser avec la terminologie employée.
- Intégrer les avantages à utiliser la communication bienveillante : à quels besoins répond-elle ?
- Identifier les champs d'application de la communication bienveillante et l'esprit de la méthode.

Intégrer le processus et maîtriser les techniques de la communication bienveillante

- Les conditions pour appliquer le processus avec bénéfice : empathie, gestion de soi et gestion des émotions.
- Les quatre étapes du processus de la communication bienveillante : observation,





sentiment, besoin, demande.

- Les quatre façons de percevoir un message négatif.
- Immersion dans le processus de la communication bienveillante.

Pratiquer la communication bienveillante et l'appliquer à ses communications orales

- Passer en mode non-jugement, adopter une attitude de respect mutuel.
- Découvrir différentes situations en mode non violent.
- Engager un dialogue authentique et constructif.
- S'affirmer grâce à la communication bienveillante.
- Développer sa capacité d'être à l'écoute de ses émotions, de ses besoins, de ses valeurs et les exprimer avec authenticité.
- Répondre de façon adaptée au lieu de réagir de façon habituelle.
- Sortir de la colère, de la panique ou encore de l'abattement pour rétablir un état émotionnel équilibré.

INTERVENANTS

Sonia VIDAL
SASU Profeel &motion

Jean-Marc ORTEGA
Monsieur Jean Marc Ortega

MOYENS HUMAINS, TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

Équipe pédagogique :

Un consultant expert de la thématique et une équipe pédagogique en support du stagiaire pour toute question en lien avec son parcours de formation.

Techniques pédagogiques :

Alternance de théorie, de démonstrations par l'exemple et de mise en pratique grâce à de nombreux exercices individuels ou collectifs. Exercices, études de cas et cas pratiques rythment cette formation.

Pour les sessions en distanciel, notre Direction Innovation a modélisé une **matrice pédagogique** adaptée pour permettre **un apprentissage et un ancrage mémoriel optimisés**.

Cette matrice prévoit une alternance de **temps de connexion en groupe** et de **séquences de déconnexion** pour des travaux de mise en pratique individuels.

Ressources pédagogiques :

Un support de formation présentant l'essentiel des points vus durant la formation et proposant des éléments d'approfondissement est téléchargeable sur [votre espace apprenant](#).

Retrouvez également des ressources complémentaires ainsi que les quiz amont/aval sur notre [plateforme](#) dédiée.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap 

LIEUX ET DATES

À distance

12 au 14 déc. 2022

11 au 13 oct. 2023

Paris

16 au 18 janv. 2023

28 au 30 juin 2023

04 au 06 déc. 2023

