

DIALOGUER PAR LA COMMUNICATION NON VIOLENTE

Communiquez de façon professionnelle, avec ouverture et bienveillance, en toutes circonstances !

inovéoz

PUBLIC

- Pour tout public
- Aucun prérequis nécessaire

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Mettre en œuvre la communication non violente au quotidien
- Collaborer en mettant à profit son intelligence émotionnelle
- Construire des relations saines avec son équipe
- Anticiper les conflits grâce à l'écoute empathique

LES + DE LA FORMATION

- Une approche pédagogique en mode entraînement intensif
- Un intervenant coach spécialisé en développement personnel
- Des compétences relationnelles qui contribuent au bien-être au travail

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES & PRATIQUES

- *Durée* : 18h
- *Participants* : 8-10
- *Méthodes d'animation* : pédagogie active et réflexive, mises en situation, jeux de rôle...
- *Suivi & validation* : questionnaire d'évaluation des acquis et attestation de formation
- *Accessibilité* : locaux et animations adaptés aux personnes en situation de handicap
- *Référente handicap* : Élodie Costes
- *Dates & lieu* : à définir
- *Tarif* : 1 990€/jour négociable selon le volume annuel



VUE D'ENSEMBLE DU PROGRAMME 👁️

Module e-learning

Se sensibiliser à la thématique et se préparer pour le temps collectif (20min)

- Un monde sans communication non violente, ça donne quoi ?
- Testez-vous : on en est où niveau dialogue ?
- La CNV : quésako ?
- La découverte du modèle OSBD

Journée présentielle 1

Instaurer un climat bienveillant propice aux échanges constructifs (7h)

- Le socle confiance, bienveillance & reconnaissance des besoins
- Une introduction aux principes fondamentaux de la CNV
- La nécessité d'une posture d'écoute empathique
- La mise en pratique du modèle OSBD

Journée présentielle 2

Se connecter à soi et aux autres en accueillant les besoins respectifs de chacun (7h)

- L'importance d'identifier les besoins en jeu
- La connexion à ses ressentis et l'expression de ses émotions
- La formulation d'une demande reliée à un besoin
- La Communication Non Violente pour apaiser un conflit

Classe à distance

Échanger sur sa mise en action (3h)


- Partage de ses succès et difficultés rencontrées
- Débriefing collaboratif
- Piqûres de rappel et apports complémentaires
- Consolidation de son plan d'action individuel

Le dispositif de formation peut être complété avec :

- + Un coaching individuel pour poursuivre si besoin le travail sur soi
- + Un coaching collectif pour renforcer le fonctionnement d'équipe si besoin



« La CNV, par la prise de recul sur soi et sur les autres, engendre très souvent une prise de conscience de la façon dont nous communiquons globalement et donc de l'importance à pratiquer l'écoute bienveillante et la reconnaissance des besoins de chacun. »

 **Votre référente**

Nadia Florian
+33 6 15 22 50 35
contact@inoveoz.com