

# FORMATION « DEVELOPPER UNE COMMUNICATION NON VIOLENTE »

## PRÉ-REQUIS

Aucun

## PUBLIC

Tous salariés de l'entreprise

## DURÉE

1 jour soit 7 h de formation

## ORGANISATION

De 4 à 10 stagiaires

## INTERVENANTS

Référent de la formation : Marielle PAGANO

Formateurs professionnels certifiés en Santé Sécurité au Travail, psychologue du travail

## ÉVALUATION

Positionnement d'entrée et de sortie de formation. Évaluations formatives. Délivrance d'un certificat de fin de réalisation. Évaluation à chaud et à froid

## HANDICAP

Les salles sont conformes aux normes en vigueur, notamment pour les personnes en situation de handicap. Toute situation spécifique fera l'objet d'une étude afin d'adapter les méthodes & modalités pédagogiques.

## LE + DE LA FORMATION

60% pratique 40% théorique

Conception sur mesure et adaptation à l'activité réelle de chaque entreprise

Intervention d'un formateur psychologue du travail

## OBJECTIFS

Améliorer ses compétences de communiquant avec son entourage de manière non violente de Marshall Rosenberg

## COMPÉTENCES VISÉES

- Identifier les obstacles à la communication coopérative
- Clarifier ce qui se passe en moi
- S'exprimer pour augmenter ses chances d'être entendu
- Écouter sans s'effacer, s'exprimer sans agresser
- Transformer les désaccords en opportunités de dialogue

## PÉDAGOGIE

- Recueil des attentes préformation
- Pédagogie active et apports de connaissances, Ludo pédagogie (jeux de simulation).

## PROGRAMME

### Jour 1

#### Séquence 1

Identifier les freins d'une communication coopérative : jugements, étiquettes, comparaisons, interprétations...

Expérimenter en quoi l'intention et l'attention sont essentielles dans la communication.

Définir la Communication Non Violente.

Appréhender le processus de la CNV en 4 étapes.

Transformer les obstacles en opportunités de communication coopérative.

#### Séquence 2

##### Jeux de rôle

- Développer l'empathie et développer la confiance

Entraînement à la Communication non violente, en se focalisant sur l'intention et l'attention, dans des situations professionnelles apportées par les participants.

- Bilan de la formation