

FORMATION COMMUNICATION NON VIOLENTE

POURQUOI CETTE FORMATION ?

Cette formation est disponible au format Blended Learning. Contactez notre équipe pour établir votre plan de formation et atteignez vos objectifs :

- Comprendre les enjeux de la CNV en entreprise
- Développer des compétences d'empathie, d'écoute active et d'assertivité
- Résoudre les conflits et éviter les malentendus, améliorer sa qualité de vie au travail

« Mais quand j'ai tort, j'ai mes raisons, que je ne donne pas. Ce serait reconnaître mes torts ! J'ai raison, non ? »

Raymond Devos

AU PROGRAMME :

Introduction

- Se défaire des idées reçues sur la CNV
- Pourquoi utiliser la Communication Non Violente en entreprise ?

Les prérequis

- Évaluez votre difficulté à communiquer
- Développez assertivité et empathie
- Différenciez fait, interprétation et jugement

4 étapes pour communiquer

- Établissez le contact et résolvez les malentendus ou tensions grâce à la méthode OSBD
- Prenez de la hauteur et entraînez-vous à résoudre vos propres conflits

Et en entreprise ?

- Retrouvez des vidéos de mise en situation professionnelle
- Développez votre écoute active en aidant votre collègue virtuel
- Apprenez à "parler positif" en entreprise

Challenge final

- Mettez en place la Communication Non Violente avec un jeu d'entraînement
- Validez votre formation et obtenez votre certificat en remportant le challenge final !

Une formation disponible aux formats :



COMMENT ÇA SE PASSE ?



VIVE LE MICRO-LEARNING !

5 modules pour une durée totale de 45 minutes.



VIVE L'HUMAIN !

Ajoutez des modalités à votre formation digitale : coaching à distance, temps en salle et plus.



VIVE LA MIXITÉ !

Cours, vidéos, quiz, mises en situation, challenges et plus.



Les plus des formations Skillsday :



Formations
personnalisables



Documents
téléchargeables



Mises à jour
régulières



Certificats
nominatifs