

# Programme de Formation

## ADE - Une communication adaptée grâce à la CNV non-violente

### Organisation

---

Durée : 7 heures

Mode d'organisation : Présentiel

### Tarif :

---

Intra entreprise : 1 600,00 € HT

Inter entreprise : nous consulter

### Contenu pédagogique

---

#### Public visé

Managers de proximité, responsables d'équipe ou toute personne nouvellement promue à un rôle managérial souhaitant clarifier ses missions, renforcer son leadership et développer des pratiques managériales efficaces.

#### Objectifs pédagogiques

- S'approprier les clés de la communication non-violente dans les situations délicates
- Réussir en adéquation avec la situation

#### Compétences

Savoir utiliser l'assertivité

Prendre du recul face à une situation chargée émotionnellement

Pratiquer le lâcher-prise

#### Description

1. **Comprendre les leviers de la Communication NonViolente (CNV)** Définir la communication non-violente (CNV).  
Appréhender le processus de la CNV en 4 étapes
2. **Prendre en compte ses émotions et ses besoins pour « parler vrai »** Oser accueillir ses émotions, même en contexte professionnel.  
Clarifier ses besoins, et les distinguer des stratégies de communication.
3. **Créer et renforcer la bienveillance dans ses relations interpersonnelles** Développer sa qualité de présence et son assertivité.  
Maîtriser l'écoute empathique pour clarifier ses messages et mieux comprendre ceux de ses interlocuteurs
4. **Renforcer la coopération et se faire entendre** Renforcer la connexion à l'autre, avant de passer à une demande d'action.  
Trouver les conditions nécessaires pour que sa demande soit entendue.



# Programme de Formation



## Prérequis

Aucun



## Modalités pédagogiques

- Paperboard (numérique)
- Ordinateur Vidéos
- Echanges de pratiques
- Mise en pratique



## Moyens et supports pédagogiques

Remise d'un kit pédagogique physique et dématérialisé

Power Point de présentation

Bibliographie et Sitographie

Météo d'équipe



## Modalités d'évaluation et de suivi

Exploration des acquis

Validations des acquis

Plan d'actions individuel

Sanction de la formation : Attestation de formation remise aux stagiaires en dématérialisée



## Informations sur l'admission

Avant le démarrage de la formation, chaque stagiaire complète un questionnaire d'auto-évaluation sur sa vision du rôle de manager, afin de déterminer ses attentes et de préciser ses objectifs d'apprentissage



## Informations sur l'accessibilité

Nos locaux sont accessibles et adaptés aux personnes à mobilité réduite. Un référent pédagogique (Céline Herbaut) est à votre disposition pour tous aménagements pédagogiques et matériels liés à votre formation