

# Communication non verbale (CNV)

## Financement

Formation professionnelle continue  
Non conventionnée / sans dispositif

## Organisme responsable et contact

AFIB 2 - IFPA  
LEPY Isabelle  
55.79.22.20.0  
ilepy@afib.fr

## Accès à la formation

### Publics visés :

Demandeur d'emploi  
Jeune de moins de 26 ans  
Personne handicapée  
Salarié(e)  
Actif(ve) non salarié(e)

### Sélection :

Entretien

### Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

### Conditions d'accès :

Pas de prérequis spécifique

### Prérequis pédagogiques :

Non renseigné

Contrat de professionnalisation possible ?

Non

## Objectif de la formation

Comprendre la CNV Clarifier ce qui se passe en soi ses motivations et objectifs Reconnaître les facteurs qui coupent ou favorisent la communication notamment professionnelle Différencier les observations des évaluations Transformer les jugements en besoins Formuler des demandes précises, concrètes et réalisables S'exprimer clairement en augmentant ses chances d'être entendus

## Contenu et modalités d'organisation

Programme La Communication en Question Les aprioris, les jugements de valeur Les filtres de communication Le cadre de référence et la notion d'empathie Le verbal et le non verbal les ressentis menaçants La notion d'harmonisation et le fonctionnement d'une relation conflictuelle pouvant dégénérer dans escalade, garder son calme. Violence et non-violence ? Exercices de communication permettant d'acquérir les techniques d'adaptation Théorie et débat + apports personnalisés du formateur Les bases de la Communication NonViolente Le fondement de la démarche Distinguer l'agressivité de la violence Violence et non violence Quelle communication non violente ? La CNV au travail Quel constat ? Théorie débat dirigé et exercices La Communication Non Violente Les épines et les fruits de nos expériences professionnelles Le langage de la CNV, Chacal ou Girafe Les mondes et les langages du chacal et de la girafe Les obstacles à l'écoute Théorie débat dirigé et exercices Le processus de CNV, le constat Les messages Je La pensée Théorie débat dirigé et exercices Le processus de CNV, le constat Les messages Je Les 5 registre de conscience et de communication L'ABCD de la communication aliénante Les 4 manières d'accueillir un message Les facteurs qui coupent la communication Les jugements moralisateurs Les comparaisons Les refus de responsabilité Théorie débat dirigé et exercices Distinguer observation et jugement Observer sans évaluer Repérer ses exigences Exprimer ses sentiments Mieux se comprendre Identifier les besoins Théorie débat dirigé et exercices L'auto-empathie Les messages JE Identifier les besoins MISES EN SITUATIONS Foire aux questions derniers conseils

### Durées de la formation

Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Non renseigné**

## Validation(s) Visée(s)

> Attestation de fin de formation

## Et après ?

Suite de parcours

Non renseigné

## Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
<b>00210559</b>	du 02/11/2020 au 03/11/2025	(33)	AFIB 2 - IFPA		Non éligible	