

Communication non-violente

Financement

Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et contact

ABCARRIERES
Anne BRUGE-ANSEL
05.56.99.26.77
contact@abcarrieres.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 :

Les stagiaires auront une expérience professionnelle et seront en situation d'interagir avec d'autres personnes.

Prérequis pédagogiques :

Non renseigné

Contrat de professionnalisation possible ?

Non

Objectif de la formation

- Comprendre les bases de la Communication Non Violente • Apprendre à utiliser un fondamental de CNV pour en faire un outil d'aide à la relation aux autres • Adopter une relation adaptée à votre intention, Exprimer clairement, sincèrement ses pensées, ses souhaits et ses désirs. • Poursuivre son objectif dans la situation donnée en tenant compte des autres.

Contenu et modalités d'organisation

1. Les comportements relationnels • Découverte des composantes de la communication : La communication verbale et non-verbale ; Le dit et le non-dit ; Savoir utiliser son intuition • L'art du contact relationnel positif. Mieux se connaître et mieux comprendre les autres • Choix des comportements à développer dans différents contextes • Caractéristiques concrètes des comportements "affirmés" et "non-affirmés" 2. Apprendre à communiquer avec la méthode CNV • Comprendre les 5 composantes de la CNV ; Explorer les principes fondateurs • Reconnaître ses émotions et prendre conscience des besoins qui y sont rattachés 3. S'approprier un basique par des mises en pratique • Formuler un objectif individuel • Formuler une demande recevable, une demande précise • Ouvrir la porte à la négociation 4. S'affirmer dans les situations difficiles • Savoir clarifier des situations compliquées, exprimer une critique, gérer des critiques ou des reproches • Tester une méthode pour savoir dire NON avec Assertivité

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
00553069	du 23/12/2024 au 31/12/2025	Bordeaux (33)	ABCARRIERES	Non éligible		FPC