Communiquer avec bienveillance - La communication Non Violente

Durée : 6 heures.

Public :

Toute personne souhaitant améliorer sa communication.. Derniere MAJ : Avril 2024

Objectifs :

Arriver à exprimer pleinement ses besoins et son ressenti sans déclencher d?hostilité. Manifester une compréhension respectueuse à tout message reçu et proposer une solution. Prévenir et résoudre les conflits au travail avec une méthode de communication simple. Accroître la qualité de la relation, la compréhension et les rapports entre les collaborateurs.

Pré-requis :

Aucun pré-requis nécessaire pour suivre cette formation.

Méthodes :

Alternance d'apports théoriques et mises en situation, formation opérationnelle illustrée par de nombreux exemples issus de cas réels. Au cours de la formation, chaque participant élabore son plan d'action. Formation ludique & concrète.

Evaluation :

Derniere MAJ : Avril 2024

Introduction globale à la communication non violente

Comprendre les 5 composantes de la CNV

Explorer la philosophie et les principes fondateurs de la CNV

Comprendre les causes qui entravent la communication bienveillante et encouragent les situations conflictuelles

Identifier les stratégies de communication conflictuelle et aliénante

Comprendre les principes et valeurs derrière cette communication aliénante/conflictuelle

Analyser, observer et évaluer les situations de communication conflictuelles vécues par les participants

Développer un langage affectif diversifié, nuancé et précis

Formuler efficacement une demande aux autres

Clarifier et communiquer avec perspicacité et professionnalisme ses objectifs

Savoir transmettre une demande concise (avec un langage d?action clair, positif et concret)

Adresser une demande à un groupe ou à un collaborateur

Accueillir et comprendre les besoins de vos interlocuteurs

Transformer une critique d?un collaborateur en une opportunité de dialogue pour trouver des solutions

Développer une attitude « gagnant-gagnant » bienveillante pour augmenter ses résultats avec ses collaborateurs

Modalités d'accès : Adeos valide avec le candidat, qu'il possède bien les compétences et les prérequis nécessaires au suivi de la formation.
Délais d'accès : Nous contacter.
Accessibilité aux personnes handicapées : Nos locaux sont aux normes d'accueil pour les PMR, pour les autres handicaps nous contacter afin de pouvoir adapter la formation ou bien vous orienter vers un organisme partenaire.

adeos FORMATIONS
contact@adeos-formations.com
T : 04 69 64 72 07
www.adeos-formations.com