Programme de Formation

Communiquer de façon bienveillante avec la CNV

Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Toute personne désirant se familiariser avec un outil de communication respectueux de l'un et de l'autre.

Objectifs pédagogiques

A la fin du stage, le participant sera capable de :

- identifier une autre façon d'entrer en relation, appuyé sur la communication nonviolente (de Marshall Rosenberg)

- évaluer l'intérêt du processus dans son quotidien

- mettre en œuvre des outils pour s'exercer à un nouvel art de vivre

Description

- Le principe de la démarche de la CNV
  - Observation
  - les étapes OSBD
  - les besoins
- les émotions en lien avec les besoins
- la relation moi et l'autre
  - savoir demander
  - savoir refuser

Modalités pédagogiques

Exercices de découverte et d'appropriation, jeux, apport théoriques, documentation pédagogique.

Moyens et supports pédagogiques

Format: Stage

Apporter une tenue confortable et de quoi prendre des notes.

Modalités d'évaluation et de suivi

Une attestation de présence est remise à chaque stagiaire ayant participé à l'ensemble du stage.