Communiquer de façon bienveillante avec la CNV

Référence : 55A - **Domaine :** Communication bienveillante (CNV)

Je me sens agressé par le vocabulaire de l'autre, quoi faire ? Quoi dire ?
Je ne sais pas quoi faire de ces émotions qui m'envahissent.
Comment favoriser l'expression de mes sentiments et de mes besoins ?
Comment avoir un vocabulaire adapté qui soit en vérité pour moi et qui ne blesse pas l'autre ?

Objectifs :

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

Contenus :

- 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

Méthodes pédagogiques :

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

Evaluation :

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

Modalités pratiques :

Apporter une tenue confortable et de quoi prendre des notes.

Forme : Stage

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

Pré-requis : Néant

Intervenant habilité :

Odile CAVARO

Durée :
2 jours (14 heures) - Horaire : 9h-12h30 - 13h30-17h

Tarifs : Individuel – 2 jours

Nombre de personnes :
de 6 à 14 pers.

"Tout l'homme et tous les hommes"

Institut Européen de Développement Humain

65 av Paul Doumer
92 500 Rueil-Malmaison
Tel : 01 71 03 74 96
Email : contact@iedh.fr
Site web : www.iedh.fr

Association (Loi 1901)
Organisme de Formation N° 11910415291
SIRET 421 422 130 00045