

# Formation Communication Non Violente

Avec notre formation « Communication Non Violente », apprenez à mieux gérer les conflits en entreprise et retrouvez bienveillance et productivité.



## Avec Skillsday, vos collaborateurs seront capables de :

Comprendre les enjeux de la communication non violente en entreprise

Développer des compétences d'empathie, d'écoute active et d'assertivité

Résoudre les conflits, éviter les malentendus et améliorer leur qualité de vie au travail

## Le programme de la formation :

### Introduction

- Apprenez à vous défaire des idées reçues sur la CNV
- Découvrez tout sur l'aliénation du langage de sa définition à son utilisation
- Comprenez pourquoi utiliser la Communication Non Violente en entreprise

### Et en entreprise ?

- Retrouvez des vidéos de mise en situation professionnelle pour une immersion totale et une compréhension améliorée

### Les pré-requis

- Découvrez comment évaluer votre difficulté à communiquer
- Développez votre assertivité et votre empathie et familiarisez-vous avec la double posture
- Apprenez à différencier fait, interprétation et jugement

### Challenge final

- Entraînez-vous en mettant au défi vos collègues en duel

### 4 étapes pour communiquer

- Établissez le contact et résolvez les malentendus ou tensions grâce à la méthode OSBD
- Mettez en pratique la communication non violente et soyez prêts à appliquer les méthodes
- Prenez de la hauteur et entraînez-vous à résoudre vos propres conflits



- Développez votre écoute active en aidant votre collègue virtuel
- Apprenez à « parler positif » en entreprise et les avantages de le faire
- Excellez dans la mise en pratique des méthodes de communication non violente
- Validez votre formation grâce aux compétences acquises
- Obtenez votre certificat en remportant le challenge final

#### Les modalités disponibles

- Classe virtuelle
- Conférence
- e-learning
- Présentiel

#### Les formats disponibles



#### La durée

45 minutes en mobile ou e-learning, pour les autres modalités : nous consulter

#### Langue



Skillsday est un organisme qui a pour mission de moderniser et digitaliser la formation en entreprise pour former, vraiment !

06 81 89 28 99

[hello@skillsday.com](mailto:hello@skillsday.com)

