



www.alpes-sud-formation.fr

## Alpes Sud Formation

4, avenue Demontzey - 04000 DIGNE-LES-BAINS

5/7, impasse de Bonne - 05000 GAP

Email: [contact@alpes-sud-formation.fr](mailto:contact@alpes-sud-formation.fr)

Tel :07-85-03-87-23

Parcours Communication NonViolente partie 2

## Ouverture au dialogue avec la Communication NonViolente

**Durée:** 14.00 heures (2.00 jours)

### Profils des stagiaires

- Toute personne souhaitant découvrir une façon de communiquer plus efficace

### Prérequis

- Avoir suivi la formation « Introduction au processus de Communication NonViolente »

### Objectifs pédagogiques

- Clarifier ce qui est essentiel pour eux
- Écouter ce qui est essentiel pour leur interlocuteur
- Poser les bases d'une collaboration claire et de confiance durable en écoutant l'autre

### Contenu de la formation

- Les conditions d'un dialogue constructif
- L'affirmation de soi de manière naturelle, cohérente et respectueuse
- La reformulation axée sur les besoins, base d'une écoute réelle
- L'écoute et la reconnaissance des besoins mutuels, bases du dialogue constructif
- La reprise du dialogue
- Les ressources personnelles pour rester calme et serein
- Exercices réguliers d'application des techniques enseignées

### Organisation de la formation

### Equipe pédagogique

Estelle BESSIN

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Mise à disposition de documents supports à la suite de la formation.

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Alternance des méthodes suivantes : apports théoriques succincts, démonstrations, débriefings des démonstrations avec complément d'apports sur le sens ou la méthodologie, mises en pratique, débriefings de la pratique et dernier apport récapitulatif, mouvements.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.