NOUVEAUTÉ PRÉSENTIEL

Communication et Efficacité professionnelle

Réf : 303EF12

La communication non violente (CNV) : un levier pour renforcer ses compétences relationnelles

2 jours
Ajouté le 07/10/2025 – Modifié le 26/01/2026

880€ Net de taxe

Découvrez un outil simple et puissant pour mieux communiquer, prévenir les tensions et cultiver des relations sereines

Objectifs

- Identifier les mécanismes de la communication conflictuelle
- Identifier les obstacles à une communication ouverte
- Comprendre les principes fondamentaux de la CNV
- Exprimer clairement ses besoins tout en respectant ceux des autres
- Gérer les tensions et prévenir les conflits dans son environnement professionnel

Compétences visées

- Mieux repérer les situations à risques et les désamorcer en amont
- Décoder les enjeux relationnels et émotionnels
- Formuler des messages clairs, authentiques et respectueux

Public

Professionnel souhaitant améliorer la qualité de ses échanges (managers, formateurs, soignants, travailleurs sociaux...). Toute personne confrontée à des situations de tension ou de communication difficile.

Prérequis : Prérequis : Aucun
Accessibilité: Formation ouverte aux personnes en situation de handicap : un référent handicap étudiera les adaptations pouvant être mises en place pour vous permettre de suivre la formation.
Délais d'accès : L'accès à la formation est soumis au délai d'acceptation des financeurs et du temps de traitement de la demande : de 7 jours à 2 mois selon le mode financement.

Programme

Les fondamentaux de la CNV

Communication et Efficacité professionnelle

Réf : 303EF12

La communication non violente (CNV) : un levier pour renforcer ses compétences relationnelles

- Comprendre les bases de la communication
- Les causes de la communication violente : jugements, interprétations
- Le processus de la CNV en 4 étapes

S'exercer à une communication consciente

- Identifier ses propres automatismes de langage, être au clair avec ses besoins
- S'entraîner à reformuler des jugements en observations
- Exprimer ses émotions et ses besoins sans accuser l'autre
- Jeux de rôle : premiers échanges avec la CNV

Pratiquer la CNV en situations réelles

- Appliquer la CNV dans les relations hiérarchiques, en réunion, en situation de tension
- Accueillir les émotions de l'autre sans se laisser déstabiliser
- L'écoute empathique : outils et attitudes
- Etude de cas réels amenés par les participants
- Mises en situation : feedback, désaccord, refus, critique
- Construction d'un plan personnel

Dates & lieux

07 et 28 avril 2026
Le Mans
880.00

06 et 07 mai 2026
Nantes / St-Herblain
880.00

11 et 12 juin 2026
Angers
880.00

22 et 23 septembre 2026
La Roche sur Yon

NOUVEAUTÉ PRÉSENTIEL

Communication et Efficacité professionnelle

Réf : 303EF12

La communication non violente (CNV) : un levier pour renforcer ses compétences relationnelles

€ 880.00

10 et 24 novembre 2026
Le Mans
€ 880.00

26 et 27 novembre 2026
Nantes / St-Herblain
€ 880.00

Les points forts

Une offre riche et diversifiée de plus de 300 formations sur des thématiques très ciblées. Une équipe à votre écoute pour vous accompagner dans la réalisation de vos projets formation !

Retrouvez tous nos indicateurs de satisfaction et de performance sur nos pages centres de formation.

Modalités pédagogiques

Le formateur apporte non seulement des notions théoriques mais également un accompagnement des stagiaires vers l'acquisition des compétences et leur validation par la pratique.

De ce fait, le déroulement des formations inclut des travaux : en sous-groupes, de préparation d'exposés, de mises en situation, des exercices d'application, des ateliers de travail.

Équipe pédagogique : Les formateurs CCI FORMATION sont sélectionnés en cohérence avec les méthodes pédagogiques que nous encourageons. Ils sont référencés sur la base de leur expertise dans leur domaine d'intervention et leur capacité à partager leur expérience au travers de solutions concrètes et opérationnelles.
Méthodes : Les CCI des Pays de la Loire vous accueillent en proximité dans leurs établissements de formation. Nos équipements, conçus pour répondre à l'ensemble des thématiques de formation proposées, offrent un cadre d'apprentissage agréable, performant et stimulant.Les CCI des Pays de la Loire vous accueillent en proximité dans leurs établissements de formation. Nos équipements, conçus pour répondre à l'ensemble des thématiques de formation proposées, offrent un cadre d'apprentissage agréable, performant et stimulant. Découvrez sur nos pages Centres de formation la présentation détaillée de nos infrastructures et équipements.Les CCI Pays de la Loire sont équipées de la plateforme m@formation, dont l'objectif est d'améliorer l'expérience apprenante de nos stagiaires et d'enrichir nos formations en présentiel.Un accès personnalisé aux documents administratifs et pédagogiquesUne ergonomie simple et adaptéeDes parcours conçus avec des modalités synchrones et asynchrones

Validation/Certification

Un positionnement est réalisé en début de formation.A l'issue de la formation, les acquis de connaissances du participant seront

La communication non violente (CNV) : un levier pour renforcer ses compétences relationnelles

évalués au regard des objectifs de la formation (QCM – quizz – mise en situation ...).Une attestation de fin de formation pourra être remise au stagiaire à l'issue de la formation.