

# La communication non violente

## Objectifs pédagogiques :

- Développer une communication bienveillante en toute situation
- Intégrer la technique de la communication bienveillante
- Appliquer la communication bienveillante

## Prérequis :

- Aucun prérequis nécessaire

## Public concerné :

- Toute personne désirant s'exprimer avec plus d'efficacité et d'authenticité devant les autres

## Durée :

- 1 jour (7 heures)

## Dates et lieux :

- Intervention nationale
- Bâtiment conforme aux normes d'accessibilité 
- Voir planning sur notre site internet ou nous consulter
- Entrée et sortie permanente

## Intervenant :

- Cette formation est animée par un consultant formateur dont les compétences techniques, professionnelles et pédagogiques ont été validées par des diplômes et/ou testées et approuvées par KTB.

## Modalités d'évaluation des acquis :

- **Avant** : Questionnaire de positionnement
- **Pendant** : Mise en situation évaluée
- **Après** : Questionnaire d'auto-évaluation
- Suivi de l'exécution par une feuille de présence émargée par 1/2 journée par les stagiaires et le formateur
- Attestation de formation et certificat de réalisation

## 1. Étudier le concept de la communication bienveillante :

- Découvrir l'origine de la communication bienveillante et la définir.
- Se familiariser avec la terminologie employée.
- Intégrer les avantages à utiliser la communication bienveillante : à quels besoins répond-elle ?
- Identifier les champs d'application de la communication bienveillante et l'esprit de la méthode

## 2. Intégrer le processus et maîtriser les techniques de la communication bienveillante :

- Les conditions pour appliquer le processus avec bénéfice : empathie, gestion de soi et gestion des émotions.
- Les quatre étapes du processus de la communication bienveillante : observation, sentiment, besoin, demande.
- Les quatre façons de percevoir un message négatif.
- Immersion dans le processus de la communication bienveillante.

## 3. Pratiquer la communication bienveillante et l'appliquer à ses communications orales :

- Passer en mode non-jugement, adopter une attitude respect mutuel.
- Découvrir différentes situations en mode non violent.
- Engager un dialogue authentique et constructif.
- S'affirmer grâce à la communication bienveillante.
- Développer sa capacité d'être à l'écoute de ses émotions, de ses besoins, de ses valeurs et les exprimer avec authenticité.
- Répondre de façon adaptée au lieu de réagir de façon habituelle.
- Sortir de la colère, de la panique ou encore de l'abattement pour rétablir un état émotionnel équilibré.

## Modalités et moyens pédagogiques :

- Formation en distanciel ou en présentiel
- Formation en intra ou en inter : minimum 1 personne, maximum 10 personnes
- Formation individuelle ou collective
- Mise en place par le formateur de travaux pratiques et des mises en situations
- En fonction des formations, les moyens pédagogiques sont les suivants :
  - Supports de cours et exercices
  - Distanciel : travail sur ordinateur (Mac ou PC), connexion internet, fibre, partage des supports de travail via Teams ou Zoom
  - Présentiel : travail sur tableau blanc ou paperboard, partage des supports sur écrans et sur tableau blanc
- Formation accessible aux personnes en situation de handicap

## A l'issue de cette formation, les apprenants seront capables de :

- Développer une communication bienveillante en toute situation ; Intégrer la technique de la communication bienveillante
- Appliquer la communication bienveillante

**TARIF : 745€ NET DE TAXES**  
**Tarif intra-entreprises sur demande**

**Mis à jour le 02/01/2023**

Katia TAROUB BUCH, dirigeante de KTB Recrutement est agréé organisme de formation.  
KTB Recrutement est référencé Qualiopi.  
La certification qualité Qualiopi a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTION DE FORMATION  
KTB est certifié Cloé pour les formations linguistiques éligibles au CPF.

KTB RECRUTEMENT  
61 rue Victor Schoelcher, 68200 MULHOUSE  
Téléphone : 03.89.53.97.77  
Mail : contact@ktb-recrutement.fr  
Numéro SIRET : 520 277 815 000 20  
Numéro déclaration d'activité : 42 68 02493 68  
auprès du préfet de la région Grand-Est