



## LA COMMUNICATION NON VIOLENTE : SAVOIR COMMUNIQUER DE MANIÈRE BIENVEILLANTE



Date (s) : 2-3 juin 2022	Lieu : URIOPSS IDF	Durée : 2 jours (14 heures)	Tarif adhérents : 620 €
--------------------------	--------------------	-----------------------------	-------------------------

### Objectifs pédagogiques

La Communication Non Violente vous aidera à améliorer votre communication au quotidien. Votre communication sera claire. Vous pourrez ainsi identifier votre besoin et formuler votre demande. Ce mode de communication est adapté en toute situation : travail, famille, relations sociales. Votre communication sera tournée vers vous-mêmes et vers l'autre, vous aurez toutes les cartes en main pour une communication bienveillante.

- ◆ Identifier sa marge de progression en communication
- ◆ Appliquer le protocole OSBD
- ◆ Définir les moyens à mettre en place pour améliorer sa communication

### Programme

#### Définir la Communication Non Violente

#### Identifier les critères d'une relation respectueuse de soi et de l'autre

#### Appliquer le protocole OSBD (Observation-Sentiment-Besoin-Demande)

- ◆ Décrire clairement ce que j'observe
- ◆ Exprimer ses sentiments et ses émotions
- ◆ Exprimer ses besoins
- ◆ Exprimer une demande

#### Transformer les conflits - les incompréhensions en dialogue

**Public** : Tout professionnel souhaitant évoluer dans sa communication

**Prérequis** : Aucun

**Modalités et délais d'accès à la formation** : Inscription via le formulaire en ligne jusqu'à deux semaines avant la formation; deux jours si la formation est confirmée, sous réserve de places disponibles. La formation se tient à partir de 3 participants inscrits, avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'Uriopss IDF a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

#### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Alliance de théorie et d'échanges avec les participants sur leurs pratiques. Support d'animation utilisé en vidéo projection remis sur support papier ou dématérialisé. Délivrance d'une attestation de fin de formation.

#### Intervenant :

**Jade BRAS** : Juriste en droit Social, Développement RH, Master 2 Droit privé, Master 2 Management et médiation d'entreprise

#### Méthodes et modalités d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.  
Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Cette formation est également réalisable en intra, dans vos locaux.