Pratiquer la communication non violente

PROMEO

Management - Développement Personnel

28/10/2025

Public et prérequis

Tous les collaborateurs en contact avec des clients

Pas de prérequis

Les objectifs

Agir efficacement pour désamorcer l'agressivité d'un interlocuteur Repérer les situations à risque et les anticiper

Canaliser la charge émotionnelle et utiliser des techniques simples pour se ressourcer Acquérir les techniques de communication appropriées en s'appuyant sur la Communication Non Violente (C.N.V)

Les méthodes pédagogiques et d'encadrement

Alternance d'apports théoriques, de cas pratiques, et de mises en situation La formation est animée par des formateurs experts, validés par nos équipes pédagogiques et disposant de 5 à 10 années d'expérience dans leur domaine de compétences

Validation et certification

Attestation de formation

Outils pédagogiques

Etudes de cas vécus Jeux de rôle Atelier interactif

Contenu de la formation

Identifier les situations conflictuelles et les interlocuteurs difficiles

Les facteurs objectifs et subjectifs d'insatisfaction Les différents types d'interlocuteurs difficiles Les signaux d'alerte

Développer l'écoute empathique grâce à la Communication Non Violente

La technique O.S.B.D

Observer en restant factuel (Diagnostic de mes réactions face à l'agressivité)

Dialogue intérieur et sentiments éprouvés

Le repérage et l'accueil des émotions (les miennes et celles de mon interlocuteur)

Définir le besoin (le mien et celui de l'autre)

Exprimer sa demande

Gérer les interlocuteurs difficiles avec assertivité

RÉFÉRENCE

MGMT0053

DURÉE DE LA FORMATION

2 jours / 14 heures

ACCUEIL PSH

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Moyens de compensation à étudier avec le référent handicap du centre concerné.

Les + Promeo

- 60 ans d'existence
- Une communauté de 3 100 alternautes
- 24 000 stagiaires formés par an
- 3 500 entreprises qui nous font confiance
- Un accompagnement personnalisé et un contact dédié
- L'expertise professionnelle de tous nos formateurs
- La diversité des diplômes sous accréditation par des partenaires de renom
- Une pédagogie active
- Des infrastructures technologiques et un environnement stimulant

Amiens - 03 22 54 64 00 Beauvais - 03 44 06 15 20 Compiègne - 03 44 20 70 10 Friville - 03 22 60 20 20 Saint-Quentin - 03 23 06 28 88 Senlis - 03 44 63 81 63 Soissons - 03 23 75 65 75

Respect de soi et respect de l'autre Techniques d'écoute, de questionnement et de reformulation Les réactions pertinentes et celles à éviter La recherche de solutions gagnant-gagnant et leur valorisation

Se ressourcer après une situation conflictuelle

Des techniques simples pour se recentrer et retrouver sa sérénité Le debriefing avec soi-même, avec sa hiérarchie, avec ses collègues La demande d'aide lorsque cela est nécessaire

Modalité d'évaluation

L'évaluation des acquis est réalisée tout au long de la formation au travers des mises en situation et exercices proposés

Amiens - 03 22 54 64 00 Beauvais - 03 44 06 15 20 Compiègne - 03 44 20 70 10 Friville - 03 22 60 20 20 Saint-Quentin - 03 23 06 28 88 Soissons - 03 23 75 65 75