

Améliorer ses Qualités Relationnelles grâce à la CNV



CEGOS SWISS. ONE ESSENTIAL AT A TIME.

Pourquoi ?

Se montrer réellement attentif et à l'écoute de ses propres besoins et de ceux des autres et créer un cadre bienveillant qui permette l'émergence des sentiments dans le respect de chacun sont des atouts majeurs pour communiquer efficacement.

Dans une société en quête de liens authentiques, une communication efficace est la clé de voûte de la compréhension et de l'harmonie.

La communication n'est pas qu'une question de mots, il s'agit de se connecter aux émotions et de favoriser l'empathie. En réalisant ce parcours de formation Communication non violente, vos collaborateurs apprendront à valoriser la prise de conscience de soi, perfectionneront leurs compétences en matière d'écoute empathique et acquerront des outils pour gérer les conflits avec empathie et compréhension.

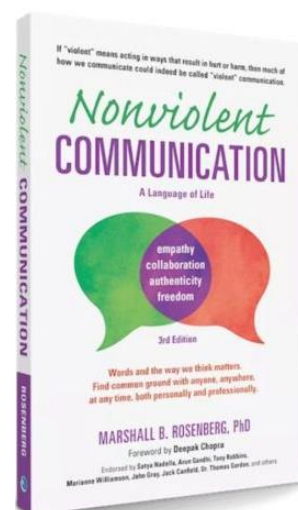
Ancré dans la Communication non violente (CNV) de Marshall Rosenberg, notre parcours de formation dévoile les clés de la création d'un espace sûr et empathique pour une expression authentique, accompagnant vos collaborateurs dans un cheminement véritablement transformateur leur permettant de dialoguer avec empathie et authenticité.

Avec ce parcours de formation, vous offrez à vos collaborateurs la possibilité de développer le pouvoir de l'écoute attentive, de la conscience de soi et de l'engagement empathique, en favorisant un cadre bienveillant dans lequel les émotions émergent de manière respectueuse, facilitant ainsi une communication efficace.

Pour qui ?

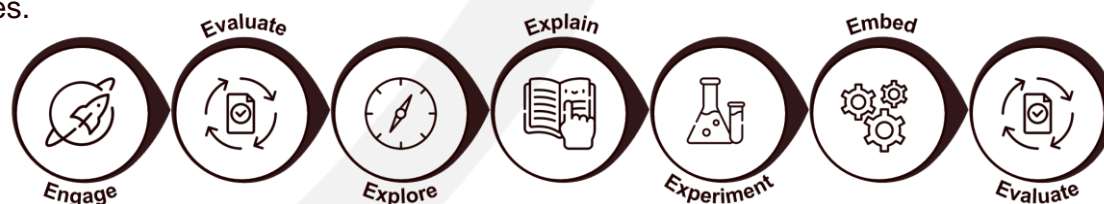
Tous les membres de l'organisation.

Bon à savoir :



Learning Framework de Cegos

Tous nos parcours de formation sont conçus suivant un modèle pédagogique holistique et dynamique qui permet d'aboutir à un apprentissage allant au-delà de la simple prise de conscience des compétences et des aptitudes.



Chaque parcours engage les apprenants au-delà des savoirs, permettant un apprentissage progressif, pour explorer, expérimenter et ancrer leur apprentissage, afin de transformer les compétences en performance.

Améliorer ses Qualités Relationnelles grâce à la CNV

CEGOS SWISS. ONE ESSENTIAL AT A TIME.



À l'issue de ce parcours de formation, vos collaborateurs seront capables de :

- Améliorer la conscience de soi : se connecter aux émotions, favoriser une meilleure compréhension des besoins personnels et des émotions, et ouvrir la voie à une communication responsable et empathique.
- Développer l'écoute empathique : développer l'aptitude à l'écoute empathique, reconnaître les mécanismes d'autoblocage et maîtriser les différents niveaux d'écoute, entretenir les compétences interpersonnelles et civiques.
- Résoudre les conflits avec la CNV : acquérir des outils pour anticiper et résoudre les conflits en utilisant le processus de la CNV, en approfondissant la libération émotionnelle, l'harmonisation et les plans de développement personnalisés pour la résolution des conflits.

#MAKINGADIFFERENCE

Un modèle éprouvé :



Les 4 composantes de la CNV

Digital learning :

- [The art of empathy](#)

Modalités :



Parcours blended learning accessible dans notre [LearningHub](#).



L'animation des workshops peut se faire **en présentiel et/ou en virtuel**, selon vos besoins et ceux de vos collaborateurs.

Durée totale : 14h d'apprentissage



6 heures de formation synchrone.



8 heures de self-learning et de mise en pratique.

REF: NVC

www.cegos.ch | info@cegos.ch

« Les mots sont des fenêtres (ou des murs). »

#TIL
Today | Learned