



WERSUS

Spécialiste du conseil et de la formation

www.wersus.fr

LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

PARTICIPANTS

Tous publics

PREREQUIS

Aucune connaissance préalable nécessaire

DUREE

Programme personnalisable

PROCHAINE SESSION

Nous contacter

MODALITES

Présentiel ou classe virtuelle

PRIX

Sur devis

INTERVENANTS

Professionnels experts dans leur domaine

DELAI D'ACCES

2 semaines à compter de l'inscription

MODALITES D'EVALUATION

Activités pédagogiques actives variées ; évaluation continue et finale

Certificat de réalisation

CONTEXTE

La communication bienveillante est essentielle pour établir des relations positives et constructives tant dans le domaine personnel que professionnel. Cette formation vous enseignera les principes et les compétences nécessaires pour communiquer de manière empathique et efficace.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Comprendre les fondements de la communication bienveillante.
- Développer des compétences d'écoute active et d'empathie.
- Apprendre à exprimer ses besoins et ses sentiments de manière constructive.
- Gérer les conflits et les situations délicates avec bienveillance.
- Appliquer les principes de la communication bienveillante dans divers contextes.

METHODES MOBILISEES

Entretien de diagnostic et d'évaluation pour évaluer votre niveau et définir les objectifs de la formation.

Formation basée sur une alternance théorie/pratique complétée d'exercices concrets : méthode démonstrative et interactive ; exercices pratiques ; études de cas ; plateforme pédagogique.

Suivi à 3 mois post-formation.

LES PLUS DE CETTE FORMATION

- Formation modulaire et personnalisable
- Approche interactive pour développer des compétences de communication.
- Encadrement par des formateurs expérimentés en communication bienveillante.
- Conseils pratiques pour améliorer vos relations interpersonnelles.
- Outils pour résoudre les conflits de manière constructive.

NOUS CONTACTER

contact@wersus.fr

01 82 02 29 89

www.wersus.fr

DEROULE (PERSONNALISABLE)

Module 1 : Introduction à la communication bienveillante

- Présentation des concepts et des principes de base.
- Importance de la communication bienveillante dans les relations.

Module 2 : Écoute active et empathie

- Techniques pour écouter de manière active et empathique.
- Comprendre les émotions et les besoins des autres.

Module 3 : Expression de soi et gestion des émotions

- Apprendre à exprimer ses besoins, ses sentiments et ses attentes.
- Gérer ses émotions et éviter les réactions impulsives.

Module 4 : Gestion des conflits avec bienveillance

- Stratégies pour résoudre les conflits de manière constructive.
- Négociation et compromis dans la communication.

Module 5 : Application dans divers contextes

- Utilisation des compétences de communication bienveillante dans la famille, au travail et dans d'autres domaines.
- Études de cas et scénarios de pratique.

Nos formations peuvent être adaptées aux personnes en situation de handicap.