

PRATIQUER LA COMMUNICATION NON VIOLENTE (CNV)

PARTICIPANT.E.S

Professionnel.le.s des secteurs social, médico-social, de l'insertion et de l'accompagnement.

PREREQUIS

Aucun

DUREE

14 heures

DATES

À déterminer

MODALITES

À distance –
en présentiel

PRIX

Nous contacter

INTERVENANT.E

Professionnel.le
formé.e à la CNV

DELAI D'ACCES

2 semaines à compter
de l'inscription

MODALITES D'EVALUATION

Activités pédagogiques
actives : questionnaires,
cas pratiques, quizz, (...)

Certificat de réalisation

CONTEXTE :

Dans un contexte professionnel en constante évolution, les métiers de l'accompagnement – qu'ils relèvent du social, du médico-social ou de l'insertion – exposent à des situations humaines complexes. Les professionnels sont régulièrement confrontés à des tensions relationnelles, à des attentes multiples (usagers, bénéficiaires, institutions, familles) et à une charge émotionnelle importante.

La Communication Non Violente (CNV) offre un cadre structurant et humaniste pour apaiser les relations, prévenir les conflits et renforcer la coopération au quotidien.

Cette formation propose une approche concrète, expérientielle et ancrée dans la réalité du terrain, pour vivre les relations professionnelles avec plus de sérénité, de clarté et de sens.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- Comprendre les fondements et le processus de la CNV (OSBD : Observation – Sentiment – Besoin – Demande)
- Identifier et réguler leurs réactions automatiques (jugement, évitement, agressivité, résignation...)
- Développer une posture d'écoute empathique, même en situation difficile
- Exprimer un désaccord ou un besoin de manière claire, structurée et respectueuse
- Appliquer la CNV à des situations professionnelles concrètes : usagers, familles, collègues, hiérarchie

METHODES MOBILISEES :

Alternance dynamique d'apports théoriques courts et d'exercices pratiques
Jeux de rôle issus du vécu des participants (relation d'aide, réunions, tensions...)
Études de cas en sous-groupe avec analyse collective
Auto-évaluations guidées et plan d'action personnel
Supports pédagogiques visuels : vidéos, schémas, fiches mémo (OSBD, vocabulaire des besoins/sentiments)
Climat de sécurité psychologique favorisant la participation, l'entraide et la confidentialité

LES PLUS DE CETTE FORMATION :

- Conçue pour les réalités du terrain : social, médico-social, accompagnement et insertion
- Animée par un(e) professionnel(le) certifié(e) en CNV, avec une solide expérience de l'accompagnement
- Méthode concrète, pratique et directement transférable dans les situations professionnelles du quotidien
-



NOUS CONTACTER
contact@wersus.fr
01 82 02 29 89

CONTENU

Jour 1 – Fondamentaux de la CNV et posture professionnelle

Objectifs : Découvrir les bases de la CNV, adopter une posture relationnelle ouverte et bienveillante.

- Accueil, présentation et recueil des attentes
- Les enjeux relationnels spécifiques au secteur social
- Origines et philosophie de la CNV (Marshall Rosenberg)
- Le processus OSBD : Observation – Sentiment – Besoin – Demande
- Clarification : faits vs jugements, émotions vs pensées, besoins vs stratégies
- Exercices guidés : identifier ses besoins et émotions
- Jeux de rôle : écoute active d'un usager / collègue en tension

Jour 2 – Pratique de la CNV dans les situations professionnelles

Objectifs : Appliquer la CNV dans les interactions professionnelles complexes.

- Auto-empathie : reconnaître et accueillir ce qui se vit en soi
- Prévenir l'escalade : faire face à l'agressivité, à la colère ou au refus
- Oser s'exprimer : poser un cadre, faire une demande ou dire non
- CNV et coopération : construire des solutions respectueuses des besoins de chacun
- Jeux de rôle : usager en crise, conflit d'équipe, désaccord avec un supérieur
- Élaboration du plan d'action personnel : intégrer la CNV dans son quotidien
- Tour de table, ancrage des acquis et clôture

