Formation de base à la Communication NonViolente (CNV) – Initiation Partie 1

FORMATION EN PRÉSENTIEL | EN PARTENARIAT

INFOS & INSCRIPTION

Dans ce stage, vous pourrez prendre conscience de ce qui facilite ou entrave la communication. Vous découvrirez ce qui se passe en soi et chez l'autre lors d'interactions conflictuelles ou fluides. Pour cela, vous apprendrez à identifier et à exprimer vos sentiments et vos besoins et à recevoir avec empathie ceux des autres de manière à favoriser un dialogue aussi constructif que possible.

En partenariat avec Arnaud Durand, Formateur certifié CNV

Objectifs

- Acquérir les premières bases de la Communication NonViolente (CNV) ;
- Découvrir l'origine de la Communication NonViolente selon Marshall B. Rosenberg et les enjeux de cet art de la relation ;
- Mettre des mots sur nos émotions et les relier à nos besoins (aspirations) essentiels ;
- Explorer l'universalité des besoins humains et développer notre capacité à les concrétiser ;
- Clarifier ce qui se passe en soi lors d'interactions pour pouvoir s'accueillir ;
- Comprendre ce qui se cache de précieux derrière les jugements et les reproches ;
- Développer notre aptitude à accueillir l'autre (écoute empathique et reformulation) en vue d'entrer en dialogue.

CONTENU THÉMATIQUE

- Fondements et intentions de la Communication NonViolente
- Clarification intérieure : observations, émotions, besoins
- Exploration des besoins humains universels

- Transformation des jugements et reproches
- Écoute empathique et qualité de dialogue
- Mises en pratique et intégration de la CNV au quotidien

PUBLIC CIBLE

Ce stage s’adresse à toute personne intéressée, à titre privé ou professionnel, à développer des moyens concrets pour améliorer la qualité de ses relations et transformer les conflits en occasions de rencontres.

Il est particulièrement adapté à toutes celles et ceux qui souhaitent expérimenter pas à pas, dans le cadre soutenant d’une formation de deux Jours, les bases de la Communication NonViolente, au-delà de sa compréhension intellectuelle, de la lecture d’un livre de Marshall Rosenberg ou de la découverte de la CNV au travers d’une vidéo.

MÉTHODOLOGIE

Pédagogie centrée sur la pratique : brefs apports théoriques, démonstrations, mises en situation, explorations individuelles, travail en petits et en grand groupes. Temps de questions et réponses, ainsi que retour d’expériences pour favoriser le co-apprentissage.

Les dates

DATE	HORAIRES	LIEU	PRIX MEMBRE	PRIX MEMBRE ORGANISATIONNEL	PRIX PUBLIC
20 et 21 mars 2027	09h15 - 17h15	Morges	380.- prix tout public	----	700.- professionnel

Prix

Le prix comprend les supports de cours.
Les repas ne sont pas inclus.

Cette formation est proposée dans le cadre d’un partenariat et ne bénéficie pas des tarifs préférentiels en dehors du prix membre.

Formateur(s) / Formatrice(s)



Durand Arnaud

Arnaud Durand – Titulaire d'un Master en Administration des affaires spécialisé en Entrepreneuriat, Arnaud est Vice-Président de l'Association Eurasia, oeuvrant pour une transformation individuelle au service d'un changement social. Il est passionné par les dynamiques de coopération et de gestion de conflit ainsi que par le lien entre les approches contemplatives basées sur la Pleine Conscience et les sciences modernes. Formateur certifié en Communication NonViolente©, avec 15 ans d'expérience dans la formation d'adulte, Arnaud est spécialisé dans le développement des compétences socio-émotionnelles afin de soutenir et d'accompagner les individus, équipes et organisations à créer des résultats durables qui contribuent au bien-être de tous. Enfin, il intervient depuis plusieurs années en Suisse et à l'étranger dans des contextes multiculturels pour soutenir des processus de transformation individuels et collectifs dans les écoles, entreprises et les organisations à but non lucratif.

Intervient à titre indépendant et collabore ponctuellement avec Isango-Formation.

Informations et inscription

https://isango-formation.org/formations/formation-de-base-a-la-communication-nonviolente-cnv-initiation-partie-1-2/