

Formation La communication non violente

Durée de la formation :	12 heures
Date de la session :	du 12/09/2022 au 13/09/2022
Dates précises :	Lundi 12 et mardi 13 septembre 2022
Horaires de la session :	9h00 - 16h00
Lieu :	En distanciel -
Nombre de places maximum :	16
Formateur(s) :	TFS LC - CHRISTELLE DANGLA
Prérequis sur cette formation :	Aucun
Public ciblé :	Toute personne, dans le cadre de son activité professionnelle.
Public prioritaire :	Personnels de l'université
Date limite d'inscription :	09/06/2022

Objectifs :

Communiquer efficacement dans la bienveillance et le respect de soi et des autres.

Développer ses capacités de communication.

Identifier ses émotions et ses besoins pour développer sa conscience de soi.

Utiliser les désaccords en opportunité de dialogue.

Programme :

- Découvrir la communication non violente (CNV)
- Prendre en compte ses émotions et ses besoins pour « parler vrai »
- Approfondir l'auto-empathie et l'empathie
- Exprimer sa reconnaissance en CNV
- Acquérir un langage fédérateur

Pour tout renseignement complémentaire :

Chargé(e) de formation : <mailto:laure.franco@u-bordeaux.fr>

Pôle AGRH - service développement des compétences

Retrouvez le détail des sessions proposées et inscrivez-vous sur [FormAction](#)
et toutes les infos sur [l'intranet](#)