FORMATION aux BASES de la Communication NonViolente

Un art de vivre avec soi et avec les autres

6 JOURS d'AFFILES et INSECABLES
Danielle Escoula, formatrice certifiée par le CNVC
Mise à jour le 27/03/2025

QU'EST-CE QUE LA COMMUNICATION NONVIOLENTE ?

La Communication NonViolente (CNV) est un processus pragmatique et efficace, qui permet à chacun d'être clair et congruent dans ses relations professionnelles, tout en étant ouvert et dans la compréhension de l'autre. Au sein des collectifs de travail, cette approche favorise la coopération, soutient le dialogue social et contribue à la qualité de vie au travail en prévenant les conflits et les risques psycho-sociaux.
Grâce à des repères précis et simples, cette approche est accessible à tous et porteuse de solutions durables.
Quelle que soit sa place et son statut dans l'organisation, le processus CNV permet également à chacun d'optimiser ses compétences relationnelles et comportementales, aussi bien au service de la raison d'être de la structure que de sa propre employabilité.
Elle a été mise au point par Marshall B. Rosenberg, docteur en psychologie, élève et collaborateur de Carl Rogers, rédacteur de nombreux livres dont « Les mots sont des fenêtres ou bien des murs ».
Elle est transmise par des formateurs certifiés du CNVC® dans une soixantaine de pays.

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Ces stages s'adressent à ceux qui souhaitent s'initier à la « Communication NonViolente » pour améliorer leur qualité de communication interpersonnelle: médiateurs, formateurs, médecins, assistantes sociales, personnel d'accueil, secrétaires, éducateurs, responsables d'équipe, managers,….
Toute personne pour qui la communication est une de ses préoccupations.

Nous avons à cœur de favoriser l'inclusion des personnes en situation de handicap. Si vous êtes dans cette situation, nous sommes à votre écoute pour faciliter votre formation. Merci de nous consulter au préalable afin de prévoir une salle accessible aux personnes à mobilité réduite ou d'aménager le contenu et le support de formation à votre handicap.

QUELS SONT LES OBJECTIFS VISÉS ?

Cette formation à la « Communication NonViolente » propose de faire l'expérience des bases en 6 jours d'affilés et insécables. Elle correspond aux 3 modules de base.

Elle vise à permettre aux stagiaires de :

Module 1 : Jour 1 :
-appréhender les 4 étapes du processus de la *Communication NonViolente*,
-reconnaître les obstacles à une communication fructueuse
Jour 2 :
-transformer un jugement moralisateur en expression de sentiments et besoins
-vérifier sa disponibilité au dialogue
-clarifier ce qui est important pour soi dans une situation de tension

Module 2 : Jour 3 :
-clarifier ses besoins fondamentaux
-s'approprier les 3 formes de demandes
-s'ouvrir à différents plans d'actions
Jour 4 :
-repérer ses habitudes d'écoute
-écouter avec empathie
-créer les conditions d'un dialogue bienveillant

Module 3 : Jour 5 :
-apprendre de ses blocages
-dépasser un blocage ou un tiraillement en soi
Jour 6 :
-dire et recevoir un « non » en utilisant le processus CNV
-dialoguer en utilisant les 3 axes de la CNV afin d'arriver à une compréhension mutuelle et à coopérer

Notre pédagogie étant construite à partir des besoins des participants, les thèmes peuvent éventuellement être abordés dans un ordre différent.

QUELS SONT LES CONDITIONS D'ACCES ?

Pas de pré requis.
Date limite d'inscription : 8 jours avant le démarrage de la formation.

QUELLES SONT LES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ?

La formation alterne entre :
-jeu pédagogique et apport théorique succinct
-démonstration
-débriefing de la démonstration avec complément d'apports sur le sens ou la méthodologie
-pratique
-débriefing de la pratique et dernier apport récapitulatif
-et mouvements.
Les démarches utilisées favorisent la mémorisation et la compréhension.

Les exercices pratiques permettent aux participants de travailler sur des situations de leur pratique quotidienne pour intégrer concrètement et être auteurs de leur évolution.

La formation se déroule en salle avec un paper-board et l'encadrement est assuré par la formatrice.

QUELS SONT LES MODALITES D'ORGANISATION ?

Quand : La durée totale de la formation est de **42 heures** réparties en 6 journées de 7h.
Du lundi 29 septembre au samedi 04 octobre 2025

Horaires : 09h30-13h 14h30-18h

Lieu : En présentiel, quartier Côte Pavée, 31500 Toulouse.

Repas : partage convivial des apports de chacun-e ou apport de son repas ou livraison de plateaux repas commandés auprès de restaurants toulousains, au choix pour chacun-e (à la charge du stagiaire)

Hébergement : Pas d'hébergement sur place. L'hébergement est en sus de la formation.

QUEL EST LE DISPOSITIF D'EVALUATION ?

Un questionnaire d'auto-positionnement est distribué en début et fin de formation de façon à ce que chacun puisse mesurer sa progression dans l'atteinte des objectifs ci-dessus.
Un questionnaire d'appréciation permet en complément d'évaluer le niveau de satisfaction des stagiaires sur le déroulé pédagogique, les conditions logistiques et la qualité des intervenants.

QUI EST LA FORMATRICE ?

Danielle Escoula
Formatrice Certifiée en Communication NonViolente (CNV) par le CNVC,
Formatrice et accompagnatrice en Approche et Transformation Constructive des Conflits.
Thérapeute IR (Intelligence Relationnelle) et Somatothérapeute.
Depuis 2014, j'anime des formations aux bases de la CNV et des approfondissements.
De 2020 à 2022, ayant le goût de comprendre et transformer ce qui bloque la réalisation du potentiel de chacun, j'ai accompagné des personnes en individuel et des couples sur le chemin de la résilience.
Depuis 2022, j'accompagne et je forme des groupes à comprendre et transformer ce qui bloque leur fonctionnement ou qui crée de la tension.
Pour parfaire ma pratique je suis engagée dans des démarches d'intervision, de supervision et de formation continue.

QUELLES CONDITIONS FINANCIÈRES ?

Type d'inscription	Tarif par personne	6 jours d'affilés
Professionnel	Entreprises, institutions	1800
	Prof.libérales, associations<10 salariés, TPE	1200
Particulier		630

Pour les professionnels, salariés et indépendants, le financement de cette formation peut être pris en charge par votre OPCO, merci de me contacter.
Une formation en intra est également envisageable si au moins 6 personnes sont intéressées.

Pour les particuliers, cette formation n'est pas financée par le CPF.

Vous trouverez le **bulletin d'inscription** sur la page https://www.eclorealajoie.fr/stages-cnv/ et cliquez sur le bouton « Inscription ».

QUI CONTACTER ?

Pour un échange, recevoir une convention ou de plus amples informations vous pouvez contacter:

Danielle Escoula
22, chemin de Brioudes 31600 Muret
06 21 46 41 55
danielle.escoula@yahoo.fr

N°Siret : 842 073 694 00015 APE 8559A

Organisme de formation enregistré sous le n° 76 31 09498 31,
auprès de la préfecture de la région Occitanie.

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Certifié Qualiopi par Apave Certification, 6 rue du Général Audran CS 60123 – 92412 Courbevoie
Référentiel de certification : AC-REF-003-02 Ed.7
Délivrée pour la catégorie : Actions de formation

TAUX DE SATISFACTION GLOBALE	2024	96%
Nombre de personnes formées	2024	60