



LA BRIQUE ROSE

PROGRAMME

COMMUNICATION : VIVEZ DES RELATIONS AUTHENTIQUES & RESPONSABLES

OBJECTIFS

Le stagiaire devrait être capable d'améliorer sa communication au quotidien pour vivre des relations vraies & apaisées avec la Communication NonViolente



DURÉE & LIEU

2 jours
14 heures
à Toulouse

PRÉ REQUIS

Toute personne désireuse d'accepter de changer le statut quo

ACCESSIBILITÉ

Orientation des publics en situation de handicap

MODALITÉS

Présentiel

TARIF

Entreprises de + de 10 salariés
- 800 €
Entreprises de - 10 salariés
- 450 €
Particuliers et micro entreprises sans financement
- 250 €

*Inscription en ligne 1 mois avant le début de la formation.
Pour un financement OPCO, Une convention de formation sera établie dès votre inscription.
Un certificat de réalisation vous sera également délivré en fin de formation.*

INTERVENANTS

Christine Carro & Alexandra Smaili
hello@labriquerose.com
www.labriquerose.com



→ JOUR 1

// 01 IDENTIFIER LES ENJEUX DE LA COMMUNICATION

- Repérer les obstacles à la communication responsable
- Différencier les réflexes de communication
- Identifier son propre mode de communication

// 02 DÉVELOPPER SON ASSERTIVITÉ

- Intégrer d'autres points de vue
- Identifier nos certitudes et préjugés
- développer sa capacité d'écoute

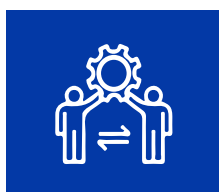
→ JOUR 2

// 03 MIEUX COMMUNIQUER POUR PLUS D'EFFICACITÉ

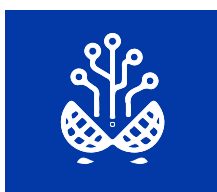
- Clarifier son intention avant de s'exprimer
- Expérimenter les différentes façons de recevoir un message
- Reconnaître ses émotions et ses besoins

// 04 INTÉGRER LE PROCESSUS CNV DANS SA PRATIQUE PROFESSIONNELLE

- Acquérir les fondements de la CNV
- Formuler une demande claire
- Exprimer un feedback efficace
- Expérimenter le processus de CNV



ÉCHANGE



INTERACTION



CRÉATION



GAMIFICATION