Communication bienveillante - Module 2

Les bases du processus de Communication Non Violente : Écouter avec empathie pour mieux comprendre

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 2104026F — Mise à jour : 12 février 2026

Organisme responsable : **C'COM - Formation et Médiation**

Présentation de la formation

Objectifs

- Traduire ses jugements et interprétations à l'aide du processus de Communication Bienveillante
- Écouter une personne avec empathie en utilisant le processus Communication Bienveillante.

Programme

Traduire ses jugements et interprétations en un message construit selon les étapes de la CNV

- Nommer les observations en lien avec le jugement ou l'interprétation
- Identifier les évaluations masquées et les traduire en sentiment « réel »
- Préciser les besoins derrière les stratégies
- Exprimer une « traduction » de son jugement / interprétation selon le processus de Communication Bienveillante

S'exprimer à l'aide du processus de Communication Bienveillante

- Exprimer son vécu à l'aide du processus
- Identifier les différents types de demandes et leurs différents impacts dans la relation
- Préciser les caractéristiques importantes d'une demande

Écouter une personne avec empathie en utilisant le processus de Communication Bienveillante

- Pratiquer l'auto-empathie pour vérifier sa disponibilité à l'écoute
- Utiliser la reformulation pour écouter son interlocuteur avec empathie

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Sans niveau spécifique	**Sans niveau spécifique**

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2212810S	Présentiel	Saint-Renan	03/12/2026	04/12/2026

Source : GREF Bretagne #2104026F