# Communication non violente (CNV)

## Exprimer et écouter avec bienveillance

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 2285324F — Mise à jour : 15 juin 2026

Organisme responsable : **2C FORMA**

## Présentation de la formation

### Objectifs

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Comprendre les principes fondamentaux de la Communication Non Violente (méthode Marshall Rosenberg)
- Distinguer observation et jugement pour formuler des messages factuels et non accusateurs Identifier et exprimer ses besoins et émotions de façon claire et constructive
- Pratiquer l'écoute empathique pour mieux comprendre les besoins de son interlocuteur
- Appliquer le processus CNV dans ses situations professionnelles quotidiennes pour prévenir et résoudre les tensions

### Programme

Formation communication non violente destinée à tous les salariés souhaitant transformer la qualité de leurs échanges professionnels grâce à une approche bienveillante, authentique et respectueuse : managers, RH, commerciaux, soignants, enseignants, travailleurs sociaux...
Basée sur la méthode de Marshall Rosenberg, cette formation donne à chaque participant un outil puissant pour s'exprimer sans blesser, écouter sans juger et trouver des solutions qui respectent les besoins de chacun.

- Méthode reconnue internationalement et applicable immédiatement
- Pédagogie active basée sur la pratique et les échanges en groupe
- Dispensée exclusivement en intra-entreprise, dans vos locaux

## Certifications préparées et métiers visés

| Niveau d'entrée | Niveau de sortie |
|---|---|
| Aucun prérequis | Sans niveau spécifique |

## Dates et lieux de formation

| N° session | Modalité | Lieu | Du | Au |
|---|---|---|---|---|
| 2318521S | Présentiel | Pont-Péan | 01/06/2026 | 30/12/2027 |

Source : GREF Bretagne #2285324F