Infuser le changement vers des relations de travail plus joyeuses et efficaces

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 26202441F — Mise à jour : 19 mars 2026

Organisme responsable : **AVANT-PREMIERES**

Présentation de la formation

Objectifs

Développer des compétences relationnelles permettant la collaboration et l'efficacité au sein de l'équipe de travail en utilisant les principes de la communication non violente.

Programme

- Les bases d'une communication constructive : conscience de soi, conscience de l'autre
- Réaction ou construction ? Les modes de pensée et de langage qui ferment et ceux qui ouvrent
- La place centrale de l'intention et de l'attention dans la communication
- La communication en quatre temps
- Expression et clarté du message : parler pour être entendu ?
- L'écoute : ce qu'elle n'est pas ; différentes attitudes et pièges
- Se mettre au diapason de son interlocuteur : l'écoute empathique
- Savoir formuler un feed-back : la puissance de l'appréciation sincère

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
2244122S	Présentiel	Saint-Brieuc	01/01/2026	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #26202441F