

# EXPLOREZ LES LEVIERS PRATIQUES DE LA COMMUNICATION NON VIOLENTE (CNV)

Quels outils pour une communication efficace et bienveillante

1 JOUR , 7 HEURES

EFFICACITÉ MANAGÉRIALE

CODE :  
GMA21

## Objectifs de la formation

- Repérer les indicateurs clés d'une communication efficiente
- Cerner les fondements de la communication non violente (CNV)
- Intégrer le processus de la CNV dans ses interactions
- S'approprier la méthodologie pour appliquer les principes de la CNV dans son quotidien

## Parmi nos formateurs

- OULEBSIR Soraya  
Formatrice Consultante,  
SOPHRO-COACH

## Public concernés

- DGS ; DGA ; Managers ; Cadres ; Responsable/chargé de communication

## Prérequis

- Réalisé et envoyé un test de personnalité 1 semaine avant la formation

## Tarifs

- Communes < 20 000 habitants (ou élus) : Tarif Classe virtuelle : 695,00 €HT
- Communes < 20 000 habitants (ou élus) : Tarif Présentiel : 760,00 €HT
- Communes > 20 000 habitants (ou autres établissements) : Tarif Classe virtuelle : 895,00 €HT
- Communes > 20 000 habitants (ou autres établissements) : Tarif Présentiel : 960,00 €HT

Les interactions au sein des collectivités sont prégnantes, complexes, impliquant divers acteurs : élus, agents, dirigeants et citoyens. Il est donc conseillé de favoriser la diplomatie pour faire avancer les différents projets. La communication non violente (CNV) présente un ensemble d'outils permettant d'aider à améliorer la qualité de ces relations, de cultiver des relations positives et résoudre les désaccords de manière constructive.

La Gazette Formations vous propose une formation pour explorer les bases de la CNV et créer de véritables liens empathiques, permettant ainsi de renforcer la compréhension mutuelle au sein de votre

collectivité.

Au travers d'ateliers et de jeux de rôles, vous allez découvrir les meilleures pratiques à utiliser dans votre quotidien en tant que manager.

## Identifier les leviers d'une bonne communication

- Décrypter l'importance de la communication dans les collectivités
- Intégrer le principe d'émetteur/récepteur d'un message
- Quels sont les éléments clés d'une bonne communication ?
- Identifier les leviers contribuant à une communication de qualité

---

### **ATELIER** Réflexion collective sur les opportunités et les défis de la communication au sein des collectivités et retour d'expériences

---

## Intégrer les Fondamentaux de la Communication Non Violente

- Définir les principes de la Communication Non Violente
- Identifier les quatre composantes de la CNV : Observation, Sentiment, Besoin, Demande
- S'approprier les pratiques de l'observation sans jugement et de l'expression des sentiments
- L'importance de la bienveillance et de la compassion dans la communication
- Explorer l'impact d'une communication bienveillante et non violente sur les relations

---

### **ATELIER** [Quiz] Les stagiaires répondent à un panel de questions sur les principes de la CNV

---

## S'approprier le processus de Communication Non Violente

- Identifier les phases clés pour pratiquer la Communication Non Violente : observation, reconnaissance du sentiment, identification du besoin, formulation positive de la demande
- Appréhender les leviers de l'écoute active et empathique

---

### **ATELIER** Jeux de rôle en se basant sur des scénarios présentés par le formateur, les participants mettent en pratique le processus de la CNV

---

## Mettre en pratique la CNV dans son quotidien

- Établir des objectifs clairs pour une communication efficace
- Identifier les obstacles spécifiques à la communication dans son poste
- Élaborer un plan d'action pour favoriser la Communication Non violente au sein de son service
- Intégrer le processus de suivi et d'évaluation de son plan d'action

---

### **CAS PRATIQUE** Séance de co-développement pour résoudre des problèmes de communication réels

---

## Evaluation des acquis et débriefing final

---

### Dates

Classe virtuelle Paris

08/06/2026 08/06/2026

28/09/2026 28/09/2026

23/11/2026 23/11/2026

---

## Modalités pédagogiques, d'évaluation et techniques

### ■ Modalités pédagogiques:

Pour les formations synchrones-présentiel ou classes virtuelles (formations à distance, en direct), les stages sont limités, dans la mesure du possible, à une douzaine de participants, et cherchent à respecter un équilibre entre théorie et pratique. Chaque fois que cela est possible et pertinent, des études de cas, des mises en pratique ou en situation, des exercices sont proposées aux stagiaires, permettant ainsi de valider les acquis au cours de la formation. Les stagiaires peuvent interagir avec le formateur ou les autres participants tout au long de la formation, y compris sur les classes virtuelles durant lesquelles le formateur, comme en présentiel peut distribuer des documents tout au long de la formation via la plateforme. Un questionnaire préalable dit 'questionnaire pédagogique' est envoyé aux participants pour recueillir leurs besoins et attentes spécifiques. Il est transmis aux intervenant(e)s avant la formation, leur permettant de s'adapter aux publics. Pour les formations en E-learning (formations à distance, asynchrones), le stagiaire peut suivre la formation à son rythme, quand il le souhaite. L'expérience alterne des vidéos de contenu et des activités pédagogiques de type quizz permettant de tester et de valider ses acquis tout au long du parcours. Des fiches mémos reprenant l'essentiel de la formation sont téléchargeables. La présence d'un forum de discussion permet un accompagnement pédagogique personnalisé. Un quizz de validation des acquis clôture chaque parcours. Enfin, le blended-learning est un parcours alternant présentiel, classes virtuelles et/ou e-learning.

### ■ Modalités d'évaluation:

Toute formation se clôture par une évaluation à chaud de la satisfaction du stagiaire sur le déroulement, l'organisation et les activités pédagogiques de la formation. Les intervenant(e)s évaluent également la session. La validation des acquis se fait en contrôle continu tout au long des parcours, via les exercices proposés. Sur certaines formations, une validation formelle des acquis peut se faire via un examen ou un QCM en fin de parcours. Une auto-évaluation des acquis pré et post formation est effectuée en ligne afin de permettre à chaque participant de mesurer sa progression à l'issue de la formation. Une évaluation à froid systématique sera effectuée à 6 mois et 12 mois pour s'assurer de l'ancrage des acquis et du transfert de compétences en situation professionnelle, soit par téléphone soit par questionnaire en ligne.

### ■ Modalités techniques FOAD:

Les parcours sont accessibles depuis un simple lien web, envoyé par Email aux stagiaires. L'accès au module de E-learning se fait via la plateforme 360Learning. La durée d'accès au module se déclenche à partir de la réception de l'invitation de connexion. L'accès aux classes virtuelles se fait via la plateforme Teams. Le(a) stagiaire reçoit une invitation en amont de la session lui permettant de se connecter via un lien. Pour une bonne utilisation des fonctionnalités multimédia, vous devez disposer d'un poste informatique équipé d'une carte son et d'un dispositif vous permettant d'écouter du son (enceintes ou casque). En ce qui concerne la classe virtuelle, d'un microphone (éventuellement intégré au casque audio ou à la webcam), et éventuellement d'une webcam qui permettra aux autres participants et au formateur de vous voir. En cas de difficulté technique, le(a) stagiaire pourra contacter la hotline au 01 70 72 25 81, entre 9h et 17h ou par mail au [logistiqueformations@infopro-digital.com](mailto:logistiqueformations@infopro-digital.com) et la prise en compte de la demande se fera dans les 48h.