



COMMUNICATION NON VIOLENTE - CNV

Ce cursus, mis en place par le Dr Marshall B. Rosenberg, docteur en psychologie, se base sur le processus de la Communication Non Violente (CNV).

Cette méthode de communication permet d'être clair, cohérent et est parfaitement adaptée pour une communication interpersonnelle tout en restant ouverte afin de favoriser une meilleure compréhension de l'autre.

Cette approche encourage la coopération et le dénouement des conflits. La CNV permet aussi le développement de notre intelligence émotionnelle.

Appliquée dans de nombreuses institutions (entreprises, administrations, hôpitaux, structures sociales et éducatives), la CNV enrichit et augmente les démarches professionnelles de management et de communication.

Objectifs visés :

- Bâtir et maintenir des relations constructives avec ses collaborateurs et/ou ses différents interlocuteurs internes et externes
- Repérer et maîtriser les obstacles à la fluidité de la communication
- Apprendre à écouter et à s'exprimer avec assurance et respect de l'autre
- Apprendre à donner un feedback constructif
- Apprendre à augmenter sa stabilité émotionnelle et sa sérénité
- Transformer les situations de désaccord ou de conflit en occasions de dialogue constructif
- Apprendre à donner un feedback positif
- Apprendre à clarifier ses intentions avant de s'exprimer pour augmenter sa chance d'être entendu

Intervenante :

Angela Boss

Formatrice certifiée en Communication Non Violente

Dates : 31 octobre et 1er novembre 2026 (16h)

IHS - Institut Holistique de la Santé - Av. de la Gare 88
1022 Chavannes/Renens - Tél. 021/691 99 10
ih@holistique-sante.ch - www.holistique-sante.ch