

## Communication non violente - Initiation

 7 h  210,00 €

### Public

Pour toutes personnes, services, équipes désirant améliorer leurs relations sur le lieu professionnel ou privé.

### Objectifs

Communiquer différemment en utilisant la gestion des émotions

« Entre ce que je pense, ce que je veux dire, ce que je crois dire, ce que je dis, ce que vous voulez entendre, ce que vous entendez, ce que vous croyez comprendre, ce que vous voulez comprendre, ... »

Et ce que vous comprenez

Il y a au moins neuf possibilités de ne pas se comprendre ... »

Ce séminaire d'une journée a pour but de vous amener à une réflexion sur la manière dont vous communiquez.

En puisant des idées et des méthodes de la communication non violente de Marshall Rosenberg, vous serez outillé pour apprendre à décrire une situation de manière factuelle, sans jugement, à gérer les émotions, identifier les besoins au-delà des émotions, s'exprimer de façon claire et précise.

La journée sera étayée de nombreux exercices de remise en question, et d'utilisation de la communication pour par exemple désamorcer des situations tendues, ou gérer des conflits.

Formatrice : Médiatrice agréée, Catherine Branne est également formée en PNL, en cohérence cardiaque et en respiration analytique. Elle est life coach depuis 25 ans et accompagne les entreprises dans le domaine des ressources humaines depuis 20 ans. Elle est en outre l'autrice du livre "Une Rencontre Atypique - La Respiration Analytique un processus surprenant de découverte de soi".

### Informations pratiques

› Droit d'inscription  
210,00 €

› Horaires  
 Verviers  
› Le 19 mai 2026  
De 9h à 17h

 Villers-Le-Bouillet  
› Le 20 mars 2026  
De 9h à 17h

- › Certificat - Attestation  
Attestation de participation
- › Aides sectorielles à la formation  
Formation agréée Liberform (<https://www.formation-continue.be/aides-la-formation/fonds-sectoriels-de-formation>) --> formation gratuite sous certaines conditions pour les travailleurs de le CP336

