



PROGRAMME DE LA FORMATION

Boîte à outils pour une communication efficace et bienveillante

I. Un peu de mise en contexte

- Nous ne sommes pas tous·tes pareils·les : les différentes personnalités de la typologie jungienne
- Nous n'évoluons pas tous·tes dans le même système de valeurs : la spirale dynamique
- Nous ne communiquons pas tous·tes de la même façon : la communication interpersonnelle

II. L'intelligence émotionnelle

- De quoi parle-t-on ?
- Petit plaidoyer des émotions
- L'empathie : un don naturel ?

III. Se mettre à l'écoute (de soi et des autres) pour mieux communiquer

- Les attitudes de Porter
- L'écoute active
- La CNV - Communication Non Violente