



# Neuro Active

## Communication non-violente

La formation "Communication non-violente" vous permettra de mettre la relation au centre des actions mais également de pratiquer l'empathie et améliorer la qualité de présence. Pour toute demande spécifique, n'hésitez pas à prendre contact avec nous.

### Pré-requis

Aucun

### Public concerné

Tout public

## Contenu de la formation

---

Introduction

Le triangle dramatique de Karpman

État des lieux des problématiques ou préoccupations du manager dans sa façon d'être en relation avec l'autre

Le scénario relationnel typique  
Persécuteur, Sauveur, Victime  
Étude de cas

## L'Empathie

L'écoute active

La reformulation

Identifier nos besoins

La gestion de ses propres émotions et de celles de ses interlocuteurs

## L'outil D.E.S.C

Le DESC comme outil de communication bienveillante

Mise en mouvement

## L'Écueil de l'interprétation

Apprendre à lire les processus relationnels

Démonstration par l'exercice pratique

Pourquoi tant d'interprétations ? L'effet Pygmalion

Les précautions à prendre - Faits - opinion - sentiments

Exercices d'application