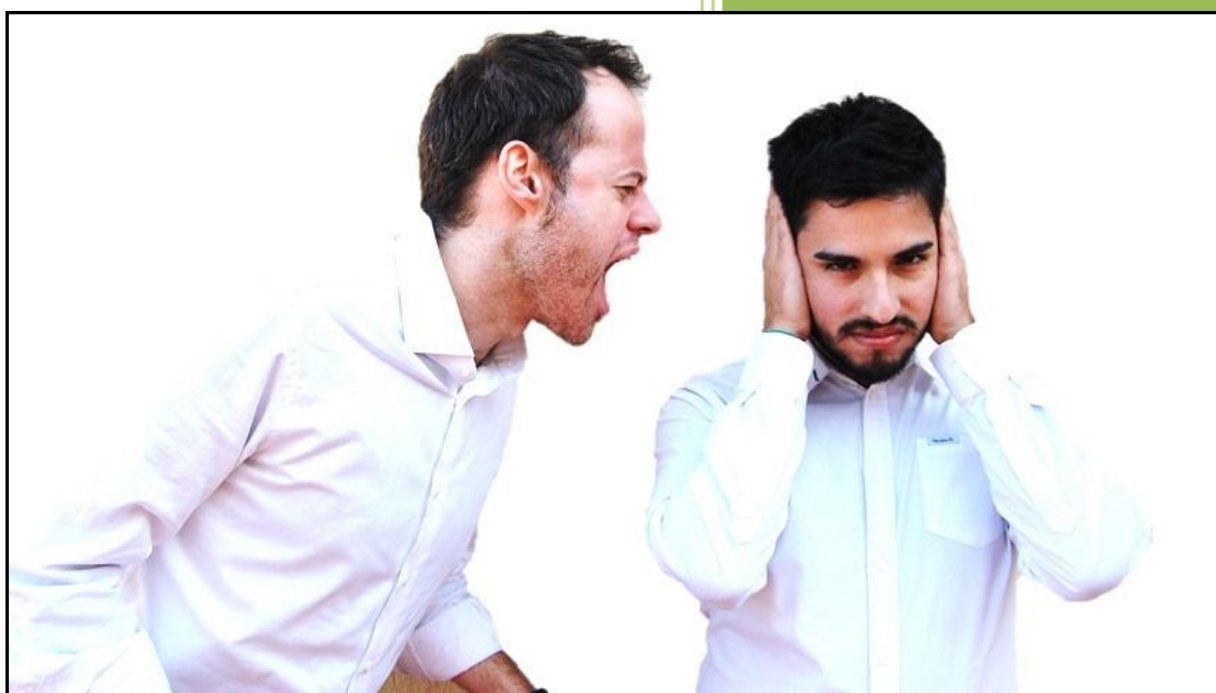


L'objectiu de la CNV és promoure l'empatia i la resolució pacífica de conflictes. Que eviti el llenguatge violent, els judicis i les acusacions.

Dominar la CNV = Liderar relacions.

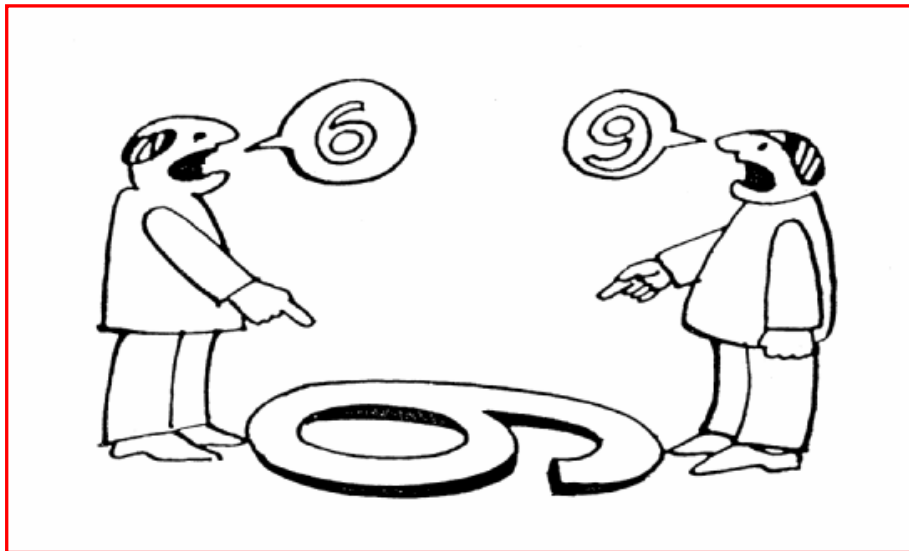
2026

COMUNICACIÓ NO VIOLENTA



Jordi Mitjans; direcció

EDASformació



L'eina CNV millora les relacions interpersonals, promou la comprensió i l'empatia, i aborda els conflictes pacífica, saludable i constructivament.

Ajuda a crear, desenvolupar, mantenir i liderar unes relacions interpersonals plenes i satisfactòries (entorns laborals, socials i familiars)

Dirigit a:

-Directius, comandaments i professionals d'empreses amb el desig de transformar-se en veritables líders conciliadors, capaces de transformar relacions interpersonals i en grup.

-Professionals que fan de la comunicació la seva principal activitat.

-Persones que desitgin desenvolupar i potenciar la seva comunicació per millorar el seu benestar; les relacions.

Fonaments del curs; temari:

-Aspectes claus de la CNV. Què és la CNV. L'honestedat emocional. Com fer peticions. Educar en la no violència.

-Identificació de la violència i observació sense judicis. Diferenciar entre l'observació objectiva i judicis. La responsabilitat emocional. Els 4 pilars de la CNV.

-L'autoempatia. Diferenciar entre emocions i sentiments. Distinció entre necessitats i desitjos. L'enuig.

Currículum: Jordi Mitjans i Prat

- Assessor i formador en habilitats comercials i comunicatives en diferents disciplines d'empresa; ciències del comportament.
- Director oficina bancària i membre comitè de risc en operacions bancàries.
- Director i responsable àrea vendes i màrqueting empresa distribuïdora d'alimentació.
- Màsters: -En gestió i tècniques superiors de l'empresa. -En PNL, Coaching i Intel·ligència Emocional -En direcció RR.HH.
- Diplomatura en Ciències Empresarials.

- ✓ **DURACIÓ:** 15 hores
- ✓ **IMPARTICIÓ:** ONLINE / OFFLINE segons necessitat
- ✓ **SESSIONS I HORARIS:** TALLERS PRÀCTICS ADAPTATS A LES CONDICIONS DEL GRUP.
- ✓ **ANÀLISI RESULTATS - NECESSITATS:** VIA REUNIONS ON/OFF LINE AMB L'EMPRESA.



www.edasformacio.cat