

24 et 25 février 2024

ou

15 et 16 juin 2024

ATELIER DES CHÂLETS
TOULOUSE

STAGE

“CULTIVONS L'INTELLIGENCE
DE LA RELATION”

avec la Communication NonViolente



Stage « Cultivons l'intelligence de la relation » *Avec la Communication Non Violente*

Un stage d'introduction à la communication relationnelle, pour comprendre ce qui se vit dans nos relations. Car si nous avons les qualités relationnelles par nature pour vivre des relations harmonieuses, il nous manque parfois le mode d'emploi pour les préserver.

La communication construit nos relations.

La Communication NonViolente (CNV) est un modèle de communication concret, simple et efficace qui permet d'être clair, cohérent et congruent dans la communication, tout en étant ouvert et dans la compréhension de l'autre.

La CNV a été mise en lumière par Marshall B. Rosenberg, docteur en psychologie, élève et collaborateur de Carl Rogers, rédacteur de nombreux livres dont «Les mots sont des fenêtres ou bien ce sont des murs».

Elle est enseignée et appliquée dans de nombreuses institutions : entreprises, administrations, hôpitaux, structures sociales et éducatives et utilisée au quotidien avec son entourage (famille, amis, collègues, patients..)

Ce stage est une invitation à reconsidérer notre façon de nous exprimer, d'écouter et d'entrer en relation. Nos relations peuvent être source de développement, de satisfaction et de joie. Aussi, elles peuvent amener des déceptions ou de la souffrance, sans en avoir l'intention.

Durant le stage, nous verrons des repères pour maintenir le dialogue ouvert, de mettre en commun nos ressources, nos différences et découvrir que les solutions aux conflits émergent de la qualité du dialogue et de la sincérité de l'intention de maintenir la relation. Elle permet à chacun de se positionner, de se définir et de se respecter dans les différentes relations au cours de notre vie.

A travers un travail sur la manière d'observer, de percevoir et de s'exprimer, l'utilisation du modèle permet et maintient un dialogue respectueux.

Quelques thèmes que nous verrons ensemble :

- Repérer les obstacles et réflexes de la communication
- **Prendre du recul** devant des situations difficiles
- Être à l'aise avec ses **émotions**
- **Oser dire** ce qu'on pense sans juger et sans blesser
- **Mieux s'écouter**
- S'affirmer avec bienveillance

24 et 25 février 2024

ou

15 et 16 juin 2024

ATELIER DES CHÂLETS
TOULOUSE

STAGE

“CULTIVONS L'INTELLIGENCE
DE LA RELATION”

avec la Communication NonViolente



Un stage **ludique** et **pratique** pour amorcer des changements et faciliter l'intégration de nouvelles habitudes relationnelles.

Christine Carro est passionnée par l'Humain et par les facultés de la personne à trouver en elle, les ressources pour évoluer.

Formatrice, elle accompagne les personnes, les équipes à mieux être à l'écoute de leur écologie pour une meilleure relation à soi, aux autres et à leur environnement. Son approche centrée sur la connaissance de soi, vise à révéler les potentiels, à améliorer la communication interpersonnelle et les relations humaines.

Public :

Toute personne curieuse d'explorer d'autres points de vue et d'aller vers une expérimentation bienveillante.

Méthode :

Une formation pratique s'appuyant sur des cas concrets.

Dates aux choix :

24 & 25 février 2024

15 & 16 juin 2024

Lieu de la formation :

L'Atelier des Chalets

23 rue Edouard Dulaurier 31000 Toulouse

Horaires :

Samedi de 9h à 18h

Dimanche de 9h 17h

Tarif :

220 € le WE – En individuel – Entreprise me consulter

Infos et inscriptions :

hello@christinecarro.com

tél : 06 29 53 60 65

Le nombre de place étant limité, l'inscription sera validée par le paiement par ordre d'arrivée. Un acompte de 80€ vaut inscription. Merci de vérifier avant s'il reste de la place. Le solde est à régler, soit par virement avant le début de la formation soit en espèce le jour du stage.

24 et 25 février 2024

ou

15 et 16 juin 2024

ATELIER DES CHÂLETS
TOULOUSE

STAGE

“CULTIVONS L'INTELLIGENCE
DE LA RELATION”

avec la Communication NonViolente



Remboursement en cas de désistement de la part du participant, 100% du montant versé :

- jusqu'au 9 février 2024 (stage des 24&25 février)
- jusqu'au 31 mai 2024 (stage des 15&16 juin)

Remboursement 100% du montant versé, en cas d'annulation de notre part.

Pour les paiements par virement merci de noter votre nom et la date du stage :

- Virement bancaire au nom de CARRO
- IBAN FR4620041010161618584X03741

Je reste disponible et à votre écoute.
Avec Joie de vous rencontrer,

Christine Carro