

FORMATIONS à la **Communication NonViolente**

Eaux Vives asbl à COUVIN en 2012

avec **Christiane GOFFARD,**

formatrice certifiée du CNVC – Marshall ROSENBERG

00 32 (0) 60 34 61 43 – christiane.goffard@eauxvivesasbl.be -
www.eauxvivesasbl.be

La Communication NonViolente, élaborée par Marshall ROSENBERG, contribue à développer un monde de bienveillance, de responsabilité, d'intégrité et d'autonomie. Avec des outils simples et concrets, elle éveille à la conscience de ce qui se passe en soi et en l'autre. La personne peut ainsi choisir de mettre son énergie et ses ressources au service de ce qui est essentiel pour elle et son entourage, ce qui est favorise la qualité des relations.

La CNV est un processus basé sur l'observation précise des faits, dégagée de jugements, l'identification des sentiments et des besoins sous-jacents, l'écoute de ceux de l'autre, l'expression de demandes claires et négociables en lien avec les besoins.

La CNV propose une pratique concrète, accessible à toute personne désireuse de se réaliser pleinement et de donner le meilleur d'elle-même dans ses divers milieux de vie. Elle s'adresse à toute personne qui souhaite améliorer la relation avec elle-même et avec les autres. Elle est applicable dans les contextes tant personnels que professionnels.

Grâce à l'alternance d'approches théoriques et pratiques, ancrées dans le vécu personnel et les situations amenées par les participants, ces journées de formation donnent la possibilité de découvrir et de s'exercer.

*** Dans le module d'Introduction à la CNV,**

nous apprendrons à

- énoncer des observations rigoureuses, distinctes des jugements et des évaluations
- identifier les sentiments vécus et à en prendre pleinement responsabilité
- découvrir et exprimer nos besoins profonds
- formuler des demandes concrètes, ouvertes
- exprimer notre vécu en termes de sentiments et besoins
- écouter l'autre au niveau de ses besoins quelle que soit la manière dont il s'exprime
- comprendre et traduire les jugements

Judi 10 et vendredi 11 mai 2012 de 9 à 17 h

ou **Judi 23 et vendredi 24 août 2012 de 9 à 17 h**

Prix : 160 €

*** Dans le module d'Approfondissement de la CNV,**

suivant les demandes des participants, nous nous attacherons à

- développer la fluidité dans l'expression et l'écoute des sentiments et besoins
- transformer nos jugements en prises de responsabilité de notre vécu personnel
- prendre position avec authenticité et précision
- clarifier nos objectifs
- développer notre assertivité, savoir dire 'non' et entendre un 'non'
- faire de sa colère un outil de changement

Judi 27 et vendredi 28 septembre 2012 de 9 à 17 h

Prix : 160 €

Talon d'inscription

à compléter sur le site www.eauxvivesasbl.be (la préférence)

OU à renvoyer à christiane.goffard@eauxvivesasbl.be ou à Christiane Goffard
35, rue de la Justice
B-5660 Couvin

Nom :

Prénom :

Adresse :

E-mail :

Téléphone :

*Je m'inscris à l'Introduction / l'Approfondissement **

des 2012

Je suis d'accord que mes coordonnées soient communiquées aux autres participants de la même formation (par exemple pour un co-voiturage)

Oui Non

Je verse l'acompte de 30 €, non remboursable en cas de désistement, sauf cas de force majeure.

Compte : 001-1308786-41 de **Eaux Vives** asbl,
Rue de la Justice, 35 – 5660 Couvin

Pour les versements internationaux :

IBAN : BE 88 001 1308786 41 – SWIFT/BIC : GEBABEBB
Banque Fortis, Faubourg Saint Germain, 83 – B 5660 Couvin

Les inscriptions seront retenues dans l'ordre d'arrivée des versements.

Je souhaite une facture avec les indications suivantes :

Informations particulières :

Date :

Signature :