



L'association
SPIRALE NANTES

et

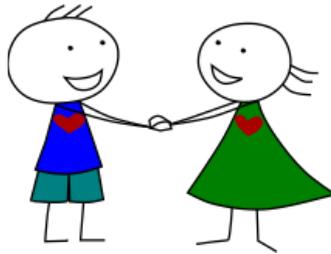


vous proposent un stage de formation à NANTES de

COMMUNICATION BIENVEILLANTE

**3 modules de 2 jours en semaine pendant les vacances scolaires
octobre 2017, mars et avril 2018**

Cette formation est **librement inspirée du processus de Communication Non Violente®** créé par Marshall Rosenberg et enrichi des compétences des intervenants en expression non verbale. Cette **formation originale et novatrice** permet d'intégrer le processus via différentes formes d'intelligences : **verbale, visuelle, corporelle (kinesthésique), intra et interpersonnelle.**



POURQUOI ?

Communiquer avec bienveillance, c'est s'offrir la possibilité de mieux se connaître, se respecter soi-même et respecter l'autre. La communication bienveillante permet de développer la capacité d'écoute et d'empathie, d'apprendre à poser des limites dans un respect mutuel, faire de la place à la coopération dans la relation et apprendre à préserver son énergie sur le long terme.

Tout cela permet d'améliorer nos relations amoureuses, familiales, amicales, professionnelles...

COMMENT ? Notre approche est basée sur l'expérimentation pratique, l'appropriation des ressentis émotionnels et corporels, les fondements de la CNV : accueil, bienveillance, présence, confiance et reconnaissance. Un soin particulier est apporté au rythme de la formation qui s'adapte aux besoins du groupe. Nous vous apportons une empathie globale, intégrons et respectons vos besoins.

Pendant cette formation, nous aborderons les thématiques suivantes :

La relation à soi - l'auto-empathie : écouter, accueillir et verbaliser.

La relation à l'autre : l'écoute de l'autre - l'empathie - la demande - l'expression de la reconnaissance et de la gratitude.

Le dialogue : entrer dans une communication vivante et interactive en intégrant l'écoute de soi, l'écoute de l'autre. Trouver des modes de communication créatifs bienveillants pour soi et pour son entourage.

QUAND ? En semaine pendant les vacances

1^{er} module - 23 et 24 octobre 2017

2^{ème} module - 1 et 2 mars 2018

3^{ème} module - 23 et 24 avril 2018

DUREE ? 6 journées de 7 heures - 9h00 (accueil dès 8h45) à 12h30 et 14h à 17h30

AVEC QUI ?

Anne Rivalland : Enseignante et chercheuse en ingénierie pédagogique formée à la communication non violente depuis 2006 par Jean-Philippe Faure, elle intervient depuis 2011 auprès de différents public sur des thématiques en lien avec l'accompagnement, l'écoute, l'empathie et la communication bienveillante.

Caroline Doublet : formée à la communication non violente depuis 2006, elle est également professeur de biodanza. Son expérience en CNV et en expression corporelle lui permettent d'offrir une large palette d'expérimentations permettant d'être à l'écoute du corps, de ses sensations et de ses émotions.

Simon Heckmann : formé à la communication non violente depuis de nombreuses années, il co-anime des stages et des ateliers de pratique sur la région nantaise. Il sera présent pour soutenir les expérimentations, apporter son expérience et sa pratique.

OÙ ? Dans une maison calme avec jardin à Nantes Nord (tramway ligne 2 arrêt Boissière - Bus C2 et 59 arrêt Bertrand, bus 20 arrêt Bout des Pavés, bus 86 et 96 arrêt Fantaisie). Possibilité de manger sur place.

COMBIEN ?

480 € la formation pour les particuliers (160 € le module) et 1440 € pour les entreprises (480 € le module). Possibilité d'échelonner votre paiement. 80 € d'acompte à l'inscription (non encaissé si annulation au moins 15 jours avant le stage). 20 % de réduction pour les demandeurs d'emploi et titulaires de la carte blanche.

RENSEIGNEMENTS et INSCRIPTIONS auprès de Caroline DOUBLET
asso.spirale.nantes@gmail.com et 06 27 07 29 72