

## Témoignages



**Robert Bouchard**

rbouchard@groupeconscientia.com  
418.694.4096

et



**Marcelle Bélanger**

mbelanger@groupeconscientia.com  
418.694.4096

Formateurs certifiés du CNVC



[www.cnvc.org](http://www.cnvc.org)

**Le Groupe  
Conscientia**

« Un atelier impressionnant, concret et efficace qui nous a permis de nous dire les " vraies choses ", d'aller au-delà des conflits, de retrouver alignement et vision. »

- Michel Sawyer  
Président

Syndicat de la fonction publique du Québec

« Dire les " vraies choses " et surtout savoir les écouter... cela semble si simple mais si difficile à la fois ! Qu'est-ce que cela implique ? Comment le faire ? Un atelier qui m'a ouvert les yeux sur une façon différente de communiquer. »

- Simon-Claude Croteau  
Conseiller en développement

« Quand j'étais enfant, l'expression " avoir le cœur gros " signifiait être triste. Au sortir de l'atelier en communication consciente, " avoir le cœur gros " signifie le contraire. Il est gros de moyens d'être présent à l'autre et des joies que cette présence apporte... »

- Dr Serge Marquis  
Médecin du travail

« Cette formation permet non seulement d'améliorer la communication dans un contexte de gestion mais elle enrichit toutes communications. »

- Dominique Paquette  
Directrice générale

« J'ai hautement apprécié que cette formation n'en soit pas une de plus ; qu'elle soit, en effet, constamment éclairée par le Sens et les Valeurs, ce qui la rend si parfaitement " organique " et assimilable spontanément. »

- Colette Chabot  
Radiodiffuseur et écrivain



30, av. St-Denis, bur. 103, Québec (Québec) G1R 4B6  
Téléphone : 418.694.4096

[www.groupeconscientia.com](http://www.groupeconscientia.com)

**La communication consciente**

Une démarche simple pour résoudre les situations complexes quotidiennes au travail, en famille, dans la société.



## Un monde bouleversé

Qui niera que le monde d'aujourd'hui est en pleine transformation ? Des changements importants surviennent dans toutes les sphères d'activité humaine, ce qui entraîne des chambardements dans l'ensemble de la société. En famille, au travail, dans les contacts quotidiens chacun d'entre nous rencontre des situations complexes qu'il doit résoudre avec imagination. Car les normes, les systèmes de valeur, les points de repère traditionnels et la conformité éclatent, nous laissant seul avec nous-même, seul devant les autres. Comment alors résoudre les défis qui surgissent, particulièrement dans le monde du travail ? Comment supporter le changement, favoriser la collaboration, nourrir la créativité et l'innovation ? Comment réaliser nos intentions autrement ?

Au Groupe Conscientia, nous proposons une réponse :

### la communication consciente.

## Ce qu'est la communication consciente

La communication consciente est un outil simple et puissant qui permet aux individus de passer à l'action et de répondre avec audace et originalité aux défis devant lesquels ils se trouvent.

La communication consciente est fondée sur l'approche en « communication non violente » de Marshall Rosenberg, docteur en psychologie, et intègre les travaux d'Antonio Damasio, Daniel Goleman, David Servan-Schreiber, Mihaly Csikszentmihalyi et d'autres chercheurs.

La communication consciente est une démarche concrète :

- qui permet d'aborder et de résoudre des situations complexes
- en favorisant la synergie entre les individus
- et la cohérence dans l'action.

## À qui s'adresse la communication consciente ?

Elle s'adresse à toute personne qui désire améliorer sa relation avec elle-même et les autres et qui aspire à :

- une façon originale et créative de communiquer dans divers contextes personnels et professionnels
- une plus grande maîtrise de l'intuition et de l'intelligence émotionnelle
- une plus grande capacité à composer avec la différence et la complexité des rapports humains
- plus de présence et d'authenticité dans ses communications avec les autres

## Le Groupe Conscientia

Au Groupe Conscientia, nous offrons à tous les individus, et plus particulièrement aux leaders d'aujourd'hui et à leurs collaborateurs soucieux de se surpasser, des moyens de communiquer et de diriger efficacement tout en restant centrés sur les valeurs humaines.

Nous croyons que le vrai changement prend racine de l'intérieur et que c'est en réconciliant raison et cœur que naît l'élan véritable de transformation.

Notre objectif est d'intégrer la dimension humaine de l'imagination au rendement individuel et professionnel.

L'audace, la confiance, la cohérence, l'authenticité, le respect, l'ouverture, l'harmonie, la rigueur, la créativité sont les valeurs sur lesquelles nous nous appuyons.

## Les activités en communication consciente

- des conférences
- des ateliers de formation
- des stages d'approfondissement
- des journées thématiques
- des groupes de pratique
- des interventions en milieu de travail (développement organisationnel, consolidation d'équipe, résolution de conflits)
- des projets sur mesure dans le milieu éducatif et dans le domaine de la santé
- des médiations
- des sessions individuelles (coaching et accompagnement)

## Dates et renseignements

Pour connaître les dates des formations\* en communication consciente, consultez notre site Internet au [www.groupeconscientia.com](http://www.groupeconscientia.com)

Pour de plus amples renseignements ou pour prendre rendez-vous avec un formateur du Groupe Conscientia, appelez au **(418) 694-4096**

\* Nous desservons toutes les régions du Québec. Les activités de formation du Groupe Conscientia sont admissibles à la Loi favorisant le développement de la formation de la main-d'œuvre (loi 90).