

Les formateurs



Robert Bouchard

Centrer l'humain dans sa globalité



Marcelle Bélanger

Un trait d'union vers le changement



Sylvie Chaloux

Accroître la responsabilisation personnelle

Dates, lieux et tarifs

Bloc 1 • 7, 8 et 9 février 2020 • Québec (395 \$ +tx)

Bloc 2 • 13, 14 et 15 mars 2020 • Montréal (395 \$ +tx)

Bloc 3 • 22, 23 et 24 mai 2020 • Québec (395 \$ +tx)

Bloc 4 • 19, 20, 21, 22 et 23 août 2020 • Québec (695 \$ +tx)

Bloc 5 • 16, 17 et 18 octobre 2020 • Montréal (395 \$ +tx)

À Québec

Montmartre canadien
1669, Chemin Saint-Louis
Québec
G1S 1G5

À Montréal

Relais Sagesse
6444, rue de l'Éscarbot
Montréal, Qc
H1M 1M7

Pour informations et inscription

mbelanger@groupeconscientia.com

admin@groupeconscientia.com

Mtl : 514-528-9684

Qc : 418-694-4096

www.groupeconscientia.com



Sous l'éclairage de l'approche
de Marshall B Rosenberg
en communication non violente



Le contexte

L'intégration de la communication consciente (CNV) passe par l'expérimentation de ses multiples facettes. L'approche que nous proposons permet d'en saisir et d'en approfondir le sens. Elle propose des moyens concrets afin de recadrer nos actions dans la confiance et la cohérence. Qu'il s'agisse de nos sphères de vie personnelle ou professionnelle, il sera question d'ouvrir la voie vers plus de Profondeur et de Sérénité.

Cette première année vise donc l'intégration du processus en permettant un chemin vers soi pour une plus grande prise de responsabilité de sa vie. Établir une connexion plus profonde à soi-même afin de créer à l'intérieur de soi Paix et Harmonie.

Contenu

- Bloc 1 • La connexion : L'auto-empathie et la présence à soi
- Bloc 2 • L'écoute : La conscience et la maîtrise de son attention dans l'écoute
- Bloc 3 • L'expression : La prise de responsabilité dans l'expression de soi
- Bloc 4 • Le dialogue : La conscience et la connexion à soi au travers des mouvements du dialogue
- Bloc 5 • La manifestation : Oser se manifester dans l'assertivité et en toucher l'impact

Prérequis

Un préalable de deux jours de formation en communication consciente ou non violente (CNV) est nécessaire.