

Approfondissement à la Communication NonViolente :

« L'empathie, Vers une relation responsable »

Formation à une communication
et un positionnement relationnel
basés sur la confiance et la responsabilité
3 jours

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Ce stage s'adresse à toute personne souhaitant approfondir l'intégration de la « Communication NonViolente » dans ses relations personnelles, sociales et/ou dans sa pratique professionnelle .

Elle est utile à toute personne pour qui l'écoute et l'accueil de l'autre et de soi est au centre de ses préoccupations.

Elle permet de développer nos capacités à nous relier à l'humanité de l'autre, à être à l'écoute de sa réalité.

Pré-requis : avoir suivi les 3 modules de base (Introduction à la Communication NonViolente) avec un formateur certifié du CNVC. Suite aux modules de base, les modules d'approfondissement permettent d'une part de mieux intégrer les acquis, d'autres part de les approfondir et de les consolider grâce à des mises en situations de plus en plus complexes.

QUE DESIGNONS NOUS PAR EMPATHIE ?

L'empathie est au coeur du processus de la Communication NonViolente. C'est offrir à l'autre une véritable écoute, sans chercher à influencer ou à juger.

Cette qualité d'écoute permet une connexion avec l'autre, dans ce qu'il vit, que ce soit dans la joie, ou en situation de souffrance, de désaccord, voire de conflit.

Dans les situations de souffrance, en mettant la conscience sur ce qui est en jeu dans l'instant, les ressentis et les besoins, l'empathie libère l'émotion et permet à la personne écoutée d'accéder à ses ressources, et de prendre ses responsabilités. Dans les situations de conflit, le fait d'être écouté et entendu pleinement crée une disponibilité, qui donne envie d'entendre l'autre et d'ouvrir au dialogue, base de la résolution de conflit.

QUELS SONT LES OBJECTIFS VISÉS ?

- Développer sa capacité d'écoute véritable, base d'une communication authentique
- Installer des relations de qualité avec ses interlocuteurs quels que soit leur place et statut en conjuguant confiance, clarté et respect
- Expérimenter le pouvoir qu'a l'empathie pour créer ou recréer du lien et faire émerger des stratégies satisfaisant les besoins de tous, lors de situations de conflit.
- Développer sa compréhension profonde, et se relier à l'humanité de l'autre.

A L'ISSUE DE CETTE FORMATION, LE STAGIAIRE AURA DES REPÈRES POUR :

- Différencier l'empathie des autres attitudes d'écoute ou de réaction
- Repérer ses interprétations et refléter ce que l'autre cherche à dire véritablement
- Traduire les mots qui peuvent être blessants ou agressifs en sentiments et besoins
- Rester avec l'autre et les émotions qu'il vit, plutôt que de chercher à le rassurer ou lui proposer une solution
- Identifier ses propres difficultés à rester dans l'empathie avec son interlocuteur et les transformer
- Développer les trois canaux d'accès à l'écoute : verbal, corporel et émotionnel
- Mettre en pratique les capacités développées :
 - dans des situations de conflit
 - dans des situations de mal être ou de confusion
 - dans des situations où l'on est insatisfait, après coup, de comment on a réagit
- Garder une plus grande autonomie dans la relation tout comme une attitude responsable

QUI EST LA FORMATRICE ? **Anne Charbonnel**

« Après 25 ans en école primaire avec la pédagogie Freinet (portant les valeurs d'autonomie, de coopération, d'expression libre, de créativité, de communication) et avoir partagé une direction collégiale au sein de l'école, j'ai pu expérimenter comment exercer le pouvoir 'avec' l'autre plutôt que le pouvoir 'sur' l'autre.

J'ai maintenant plaisir à partager la CNV en formation, afin de permettre que se vivent des relations plus apaisées avec soi-même et avec les autres, et que se développe plus de compréhension mutuelle ».

Avant d'envoyer le présent bulletin, nous vous invitons à un échange au téléphone 06 29 73 34 73 ou par courriel avec annecharbonnel4@gmail.com, si vous avez des questions préalables.

Bulletin d'inscription

NOM Prénom

Adresse

Code postal Ville :

Tél portable (ou fixe) e-mail

Profession/occupation

J'ai déjà suivi des formations à la Communication NonViolente ? Oui Non

Si oui, lesquelles, quand et avec qui ?.....

Titre de la formation : L'Empathie, le pouvoir de l'accueil (Approfondissement avec **pré-requis** : avoir participé aux 3 modules de base de CNV avec un formateur certifié du CNVC)

Lieu de la formation : Gardanne

Date et horaire : 3 jours du 23 au 25 septembre 2022

de 9h30 à 18h le vendredi, de 9h00 à 18h le samedi et de 9h à 16h15 le dimanche (soit 3 jours, 21 heures)

Tarifs de formation : (hors repas - hors hébergement) Coût total 335 € TTC (tarif "particulier")

Payable en deux chèques : 1 chèque d'acompte (30 %) de 100 € + 1 chèque de solde de 235 €

Je m'engage à verser la totalité du prix susmentionné.

Pour cela, j'envoie à **Anne Charbonnel - 11 allée du gymnase - Bât 11 Quartier Bompertuis - 13120 Gardanne** :

- Ce bulletin d'inscription dûment daté et signé
- Deux chèques : un chèque d'acompte (100 €) valant réservation et un chèque du solde (235 €), libellés à l'ordre de : **Anne Charbonnel**. Les chèques seront encaissés au plus tôt le premier jour du stage concerné.

Les inscriptions sont enregistrées par ordre d'arrivée. Si le stage est complet, je serai prévenu dès réception de votre bulletin.

A compter de la date de signature du présent document, le stagiaire « particulier » a un délai de 10 jours pour se rétracter.

Au-delà de ce délai de rétractation :

- *En cas d'annulation du fait du stagiaire entre le 45ème jour et le 21ème jour avant le début de la formation, pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue : le montant de l'acompte est dû au titre des frais administratifs de gestion de réservation. Le chèque correspondant est remis à l'encaissement.*
- *En cas d'absence partielle ou totale du stagiaire, ou en cas d'annulation du fait du stagiaire dans les 20 jours précédant le stage, (pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue) : l'intégralité du montant du stage est due. Le chèque de solde est alors encaissé.*
- *Si le stagiaire est empêché de suivre la formation pour un motif de force majeure dûment reconnue, seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue dans ce document.*

En cas de cessation anticipée de la formation du fait du formateur, seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur mentionnée dans ce document.

Merci de cocher ci-dessous les cases correspondant à vos choix :

J'ai pris connaissance du règlement intérieur. Merci de cocher la case ci contre après lecture du règlement intérieur.

Pour favoriser les occasions de co voiturage, et/ou d'hébergement, je marque mon accord pour la diffusion de mes coordonnées aux autres inscrits du stage qui pourraient alors me contacter.

Je souhaite recevoir la lettre mensuelle d'information de l'AFFCNV de l'ACNV

Je souhaite recevoir la newsletter de Anne Charbonnel

Je, soussigné (prénom et nom) déclare avoir pris connaissance de l'intégralité de ce document et m'engage à respecter les modalités financières et d'annulation qui y sont mentionnés. Je confirme ainsi mon inscription à ce stage.

A

Signature :

Le