

# ATELIER DE COMMUNICATION NONVIOLENTE :

## *Une écoute au service de la réussite de la communication*

Date	Thèmes	
<b>Jeudi 23 février vendredi 24 février</b>	« Comment créer davantage de sécurité et d'harmonie dans vos relations »	Deux soirées de 18h00 à 21h00
<b>Jeudi 19 avril vendredi 20 avril</b>	« S'affirmer avec clarté, exprimer avec authenticité ce que vous vivez, et développer l'écoute de l'autre. »	Deux soirées de 18h00 à 21h00

**animé par Jean-Yves FORAY**

### **Contenu**

Nous découvrirons les 4 phases de ce processus de communication qui sont :

- Les Observations, Les Sentiments, Les Besoins, La Demande pour une action concrète peut être alors formulée.

Nous aborderons les différentes manières de réagir à un message pour nous permettre de choisir celles qui nous font garder la connexion à l'autre. La compréhension des 4 manières de recevoir un message nous permettent de faire la différence entre de nos schémas habituels et avec la nouvelle ressource de la Communication NonViolente.

Ces ateliers s'adressent à toute personne désireuse de :

- ❖ Créer davantage de sécurité et d'harmonie dans ses relations,
- ❖ S'affirmer avec clarté et authenticité,
- ❖ Acquérir la capacité à s'exprimer avec authenticité,
- ❖ Développer l'écoute de soi et de l'autre

### **Informations pratiques :**

Horaires : 18h00 à 21h00

Lieu : Auberge de jeunesse 55, Rue de l'abbaye  
Cherbourg Octeville

Frais : 50€ (pour les 2 soirées)

### **FORMULAIRE D'INSCRIPTION**

**à retourner à : [Association SPIRALE - 28 rue de l'église - 50330 Le Theil](#)**

NOM.....PRENOM.....  
N°... Rue.....  
Tél..... Tél. mobile :.....  
e-mail : .....  
CP..... Localité.....

S'inscrit au séminaire d'introduction à la Communication NonViolente

Jeudi 23 et vendredi 24 février	« Comment créer davantage de sécurité et d'harmonie dans vos relations »	
Jeudi 19 et vendredi 20 avril	« S'affirmer avec clarté, exprimer avec authenticité ce que vous vivez, et développer l'écoute de l'autre. »	

verse 20 € d'arrhes non remboursables en cas de désistement 8 jours avant le stage choisi.

Date et Signature