

*L'Art du Lien propose*

# *Stage de communication consciente*

Inspirée de la **Communication Non Violente** créée par Marshall B. Rosenberg

## *Module 1 le Lien à Soi*

### introduction aux bases de la Communication Non Violente

Vous voulez créer des **relations sincères, harmonieuses et conscientes**.

Vous souhaitez simplement exprimer ce qui est important pour vous et respecter l'autre.

Alors venez **découvrir, expérimenter, l'écoute et l'expression authentique** de soi ainsi que les **4 pouvoirs de la CNV**.

Apprenez à Identifier les **déclencheurs d'une communication désagréable ou agréable**.

Venez pratiquer les **4 étapes du processus de la CNV** et ses différenciations clés.

Venez explorer les **4 manières de recevoir un message** ainsi que l'importance de la **célébration** dans la relation.

Pédagogie fondée sur l'expérience que chacun vit, à l'aide d'exercices pratiques,  
de jeux de rôle, de mises en situation et d'explorations d'outils.

**Tarifs** : 150 euros (facilités de paiement)

**Inscriptions** : 30 euros d'arrhes

**Horaires** : 9h30/12h30-14h/18h.

Prévoir un plat et un dessert à partager le midi. Possibilité de loger sur place.

Venir avec une tenue souple de manière à ce que vous puissiez être à l'aise.

Le Hameau du Ruisseau, la Maison Autonome  
Gros Bouc à Moisdon La Rivière  
cecilewatel@hotmail.fr  
07.77.82.18.90  
www.lartdulien.com