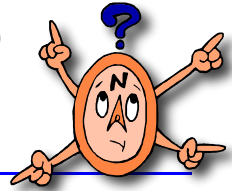




La communication consciente en action (SUIVI) Selon l'approche de Marshall B. Rosenberg en CNV Approfondissement de la Communication consciente



Jour 1

Se souvenir de la communication consciente et de ses buts

- Accueil
- Tour de table
- Les attentes (objectifs)
- Se souvenir des buts de la communication consciente → La connexion à soi pour mieux connecter à l'autre
- La fluidité et la spontanéité en communication consciente → **L'AUDACE ET L'ASSERTIVITÉ** — l'affirmation de soi dans le respect de l'autre ;
- Les trois clés d'intégration du processus → RÉSUMÉ DU PROCESSUS ET PRÉSENTATION DES 3 CLÉS
- Les demandes de connexion et les demandes d'action

Développer l'habileté d'utiliser le processus dans l'action

- L'écoute de soi et l'écoute de l'autre → **LAUTOEMPATHIE** et demander de l'empathie à quelqu'un ;
- Donner et recevoir de l'empathie → **L'EMPATHIE** dans le feu de l'action : s'exprimer et écouter avec empathie ;
- Prendre responsabilité
- Distinguer besoins et stratégies

Jour 2

Créer et maintenir la relation (la connexion)

- Retour sur le jour 1
- Entendre un « non » et dire « non »
 - Découverte des besoins derrière ;
 - Le dialogue
- La demande revisitée à travers l'audace
 - L'impact de la demande
 - Exercice

Robert Bouchard et Marcelle Bélanger

Formateurs certifiés du CNVC

