

DES ATELIERS



« Découvrir la Communication Non Violente selon Marshall Rosenberg »

Thèmes abordés lors de l'atelier :

- Comprendre l'intention de la CNV : écoute de soi, écoute de l'autre, affirmation des limites en parlant de soi.
- Découvrir les notions de sentiments et de besoins quand nous vivons une situation agréable et désagréable.
- Prendre conscience de nos habitudes de langage qui peuvent ouvrir ou fermer la relation.
- Expérimenter le processus de la CNV en partant de situations concrètes proposées par le public.
- Découvrir comment la CNV peut aider à comprendre et prévenir la violence pour devenir une véritable culture éducative et sociétale.

Citations de Marshall Rosenberg

« La violence est l'expression tragique de besoins non satisfaits. »

« La plupart d'entre nous n'ont pas été éduqués pour penser à leurs besoins. Mais, quand ces derniers ne sont pas satisfaits, on nous a plutôt appris à penser à ce qui ne va pas chez les autres. C'est ainsi que nous qualifions de paresseux un enfant qui n'accroche pas sa veste au portemanteau comme nous le désirons ou d'irresponsable un ouvrier dont le travail n'est pas conforme à nos attentes. Ces évaluations d'autrui sont des expressions indirectes de nos besoins insatisfaits. Elles risquent plus de provoquer la résistance et l'agressivité que de susciter le désir de satisfaire nos besoins. »



IUT



Line SANDRINI

Formatrice en communication NonViolente, certifiée du CNVC® en 2018 et médiatrice CNV depuis 2013. Passionnée par la relation entre êtres humains, elle transmet la CNV en secteur scolaire, secteur santé, dans les établissements publics nationaux, les collectivités, les associations, les entreprises ainsi que dans l'espace intime de l'intra-familial.

