

## Les formateurs



Robert Bouchard  
*Centrer l'humain dans sa globalité*



Marcelle Bélanger  
*Un trait d'union vers le changement*

## Dates, lieux et tarifs

Bloc 1 ♦ 22, 23 et 24 février 2019 ♦ Québec (395\$+tx)  
Bloc 2 ♦ 12, 13 et 14 avril 2019 ♦ Montréal (395\$+tx)  
Bloc 3 ♦ 21, 22 et 23 juin 2019 ♦ Québec (395\$+tx)  
Bloc 4 ♦ 18, 19, 20, 21 et 22 sept. 2019 ♦ Québec (695\$+tx)  
Bloc 5 ♦ 29, 30 nov. et 1er déc. 2019 ♦ Montréal (395\$+tx)

### À Québec

Centre des Ursulines  
20, rue des Dames Ursulines  
Loretteville  
G2B 3W7

### À Montréal

Relais Sagesse  
6444, rue de l'Éscarbot  
Montréal, Qc  
H1M 1M7

Pour informations et inscription  
mbelanger@groupeconscientia.com  
lmessier@groupeconscientia.com  
Mtl: 514-528-9684  
Qc: 418-694-4096



*La relation à l'autre*

Sous l'éclairage de l'approche  
de Marshall B Rosenberg  
en communication non violente



## Le contexte

Notre 2<sup>ème</sup> année vise l'intégration du processus de communication consciente (CNV) dans la relation à l'autre. Nous y poursuivrons l'intégration amorcée en première année dans divers contextes : vie intime, vie familiale, vie professionnelle, etc.

Notre proposition vise l'approfondissement de notre pratique en s'appuyant sur les fondements et sur les prémisses de la CNV. Concrètement, en plus d'expérimenter le sens profond de se mettre en lien, nous nous appliquerons à développer la capacité de prendre conscience et sortir de toutes formes de projection de nos souffrances. Nous renforcerons également notre attitude empathique pour nous relier au quotidien.

De plus, avec la prise de conscience de nos conditionnements et de nos croyances, nous mettrons en places des réflexes d'assertivité. Il sera alors question de prendre soin de ses propres besoins tout en prenant en compte les besoins de l'autre et ainsi vivre dans la conscience du NOUS.

## Contenu

Bloc 1 : Le sens de la relation

Bloc 2 : La prise de responsabilité dans la relation

Bloc 3 : L'expression honnête au service de la relation

Bloc 4 : L'accueil et la maîtrise de l'intensité dans la relation

Bloc 5 : Le leadership, la créativité et le changement

## Prérequis

Avoir fait le programme d'intégration de première année