

Extrait du Fraternité de l'arbre de vie

<http://fraternite-arbredevie.fr/decouvrir-la-communication-non>

# Découvrir la Communication Non Violente

- Actualités -



Date de mise en ligne : mercredi 12 novembre 2014

---

**Fraternité de l'arbre de vie**

---

# Journée " Découvrir la Communication Non-Violente" (CNV)

animée par Marie-Christine Vernay

## **La CNV est une manière d'être en relation,**

qui facilite la communication, la coopération et la résolution des différents. Elle nous donne des moyens concrets et profonds de retrouver cette manière d'être. En nous aidant à identifier nos besoins réciproques, elle nous encourage à utiliser un langage qui favorise l'élan du coeur plutôt qu'un langage qui contribue au ressentiment ou diminue l'estime de soi.

## **Elle part du constat**

que l'enrichissement de la vie est la motivation la plus gratifiante pour nos actions, plutôt que la peur, la culpabilité, ou le reproche . Elle nous incite à chercher avant tout à assumer la responsabilité de nos choix et à améliorer la qualité de nos relations."

\*La journée du 6 décembre permettra aux participants de découvrir et expérimenter les outils de ce formidable processus.

\*Horaires :9h30 à 16h30

\*Repas : chacun apporte un plat à partager