

Conférence

« Communiquer dans la vie de couple avec l'aide de la CNV »

Lieu

A déterminer

Date

A déterminer

Public

Adultes

Coordination pédagogique

Maëlle Challan Belval
mcb@comitys.com
www.comitys.com

Contact

COMITYS
239 rue du Général de Gaulle
60700 Pont-Sainte-Maxence
Tél : 03 44 31 16 88
www.comitys.com
SIREN : 820 570 067
N° d'organisme : 32 60 03080 60

Logistique

-Vidéoprojecteur
-Enceintes pour le son
-Micro (si nécessaire)

« Je ne me sens pas compris dans ma vie de couple. »

« Elle n'a pas appris à parler d'elle. »

« Actuellement, je ne vois pas clair en moi

et c'est dur pour mon conjoint. »

« Les émotions, faut-il vraiment les écouter ? »

« Il y a certains sujets dont on n'arrive pas à parler sans cris. »

Contenu de la conférence

- **Qu'est-ce que la CNV ou Communication Non-Violente ?**

-Connaître le schéma de la Communication non-violente
(de Marshall Rosenberg, auteur de *Les mots sont des fenêtres, ou des murs*)
-A quoi servent nos émotions ? Que disent-elles d'important ?
-Comment identifier ses besoins profonds ?

- **Atelier d'applications concrètes à la vie de couple**

(avec nos outils pédagogiques) :

-Comment je me sens ?
-De quoi ai-je besoin ?
-Et toi ?

- **Questions/réponses**

Intervenante

Conseillère conjugale et familiale de Comitys.

Bibliographie

A l'issue de la conférence, nous envoyons aux adultes qui le souhaitent la trame du diaporama et des repères pédagogiques de réflexion.

« J'ai aimé le fond et la forme : nouveau, très intéressant, nourrissant »

« Le sujet traité est concret. »

« Je retiens que la peur peut être un moteur. »

« Tout devient simple ! »

« Aide précieuse pour notre quotidien. »

« Le tableau des émotions est très bien fait car nous nous y retrouvons complètement. »