

# LA COLERE AU SERVICE DE LA RELATION

## *Approfondissement CNV*



Marie Loison et Béatrice Blanc  
Formatrices Certifiées du CNVC

Dates : **11 et 12 avril 2020**

**Lieu : Terre d'Alliance – A proximité d'Albi**  
**<https://terredalliancetarn.wixsite.com/albi>**

### La Colère au service de la Relation

Contenu:

- Exprimer pleinement sa colère: être authentique dans le respect mutuel
- Oser aller voir tous ses jugements sur soi et ou sur l'autre afin de les traduire en sentiments et besoins
- Apprendre à décrypter ses pensées pour les désactiver
- Prendre appui sur ses sensations corporelles pour accompagner pleinement la colère
- Les différenciations clés: cause/stimulus
- Faire face à la colère de l'autre ou comment choisir la manière de recevoir un message difficile
- Approfondir l'auto empathie

### Déroulement du stage

Alternance d'exercices en groupe ou à deux, de jeux de rôles, d'échanges collectifs et d'apports théoriques. Nous travaillerons sur des exemples du quotidien, de préférence sur vos propres expériences.

### Inscription et règlement :

Veillez envoyer le bulletin d'inscription ci-dessous accompagné de **vosre chèque d'arrhes de 100€ (à l'ordre de Béatrice Blanc)**.

Votre inscription sera confirmée par mail à **réception de votre règlement**.

**Pour répondre à la législation et à votre demande, nous avons besoin de connaître précisément dans quelle situation spécifique suivante vous vous inscrivez : (cochez, remplir, svp) :**

Je suis un particulier qui paie ma formation et cette formation m'apporte un 'plus' dans mon activité professionnelle actuelle ou future, ou dans mon activité de bénévole. Je verse un chèque de 100 € qui vaut réservation à l'ordre à l'ordre de **Béatrice Blanc**. (Montant dû après le délai de rétractation de 10 jours prévus par la loi).  
Le tarif « particuliers » s'applique ici.

Je sollicite **mon employeur** pour une prise en charge de la formation au titre du PLAN FORMATION PROFESSIONNELLE. **Dans ce cas, nous vous préparerons devis ou/et convention à signer entre les parties.**

Merci de nous communiquer les éléments suivants :

- Nom et statut de l'entreprise/organisation : -----  
-----
- Adresse de l'entreprise/organisation : -----  
-----
- Nom et titre/fonction de la personne représentant l'organisation et signataire de la Convention : -----  
-----

**Tarifs de formation :**

- **Tarifs « particuliers » : le module 220€ TTC = 2 jours**
- **Associations locales, professions libérales : le module 380€ H T = 2 jours**
- **Entreprises/Institutions : convention formation : le module = me contacter pour devis – programme – conventions**

### **Annulation**

Au - delà du délai de rétractation de 10 jours, tout désistement implique de s'acquitter d'une facture d'un montant de 100 euros. Celle-ci correspond aux frais administratifs engagés. Le chèque de réservation gardé en dépôt et valant réservation est alors encaissé au titre de l'acquittement de ladite facture.

**Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront prises par ordre d'arrivée.**  
En cas d'annulation de la formation de notre fait, vos arrhes vous seront remboursées.



## BULLETIN D'INSCRIPTION

Merci de renvoyer ce bulletin rempli et accompagné d'un chèque d'arrhes de 100€ à l'ordre de Béatrice Blanc

Date du stage : .....

NOM : .....PRENOM : .....

ADRESSE : .....

.....

CODE POSTAL : .....VILLE : .....

PORTABLE : .....MAIL : .....

- Avez-vous besoin d'un covoiturage ?      oui  non
- Voulez-vous proposer un covoiturage ?      oui  non
- Acceptez-vous que vos coordonnées soient  
communiquées aux autres participants ?      oui  non
- Souhaitez vous recevoir les informations au sujet  
de nos prochaines formations ?      oui  non
- Souhaitez vous recevoir les informations sur les  
formations de l'AFFCNV ?      oui  non

A renvoyer à : Béatrice Blanc Formations  
**Le Bruel - 81340 – LACAPELLE PINET**  
06.87.35.45.81  
contact@bea-formation-communication.fr