



Stage d'approfondissement CNV - La colère : mode d'emploi

Animé par Noëlle LEROUX

1 PRESENTATION DU STAGE

« Quand nous sommes en colère, nous sommes contrariés et sur le point de dire ou de faire quelque chose, que nous allons probablement regretter. Nous faisons le plus souvent un usage destructeur de l'énergie puissante liée à la colère.

Marshall B. Rosenberg dit que "la colère est un sentiment précieux, une sorte d'alarme qui nous indique que nous sommes déconnectés de nos sentiments et de nos besoins".

Elle nous indique qu'il se passe quelque chose d'essentiel pour nous, dont nous avons à prendre soin.

L'objectif de ce stage est d'expérimenter et d'intégrer une utilisation spécifique de la colère qui permette de lui donner une place acceptable, constructive et efficace.

Cette formation permet d'aborder à la fois la gestion de sa propre colère et la gestion de la colère et de l'agressivité de l'autre. » (source : www.cnvformations.fr)

Cette action de formation s'inscrit dans la catégorie 2 des articles L.6313-1 et suivants du code du travail
« Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ».

2 OBJECTIFS GENERAUX

- Découvrir les mécanismes de la colère et connaître les dangers de son interdiction
- Apprendre à décrypter ses pensées pour les transformer
- Explorer ce que la colère vient dire de vraiment précieux
- Apprendre à s'exprimer d'une manière respectueuse de soi, des autres et du contexte, et de façon constructive
- Accueillir la colère de l'autre sans la prendre contre soi, en accompagnant la transformation au service de la relation.

3 PRE-REQUIS

Avoir suivi les 3 modules de base en CNV avec un(e) formateur(trice) certifié(e) du CNVC.

Ce stage est proposé sur 2 jours. Soit 13h30 sur un week-end, de 9h30 à 17h le samedi et de 9h à 17h le dimanche.

Date : samedi 29 et dimanche 30 janvier 2022.

Lieu : Domaine des Lys/Albert Traiteur.

37 avenue des Artisans - Pointe des Châteaux, 97436 SAINT-LEU.

Une fiche d'informations pratiques est envoyée à chaque participant avant le démarrage de la formation.

L'accessibilité de la salle est adaptée aux personnes porteuses d'un handicap.

Les consignes d'hygiène et de sécurité sont adaptées en fonction de la situation sanitaire et de la réglementation officielle en vigueur lors des périodes de formation. Le port du masque peut donc être demandé à chacun lors des heures de formation.

Noëlle LEROUX

Médecin du travail, formatrice certifiée du CNVC

<https://leroux-cnvc.fr>

Dr Noëlle LEROUX utilise une pédagogie participative et active afin de favoriser les échanges et l'implication durant la formation. La formation se veut résolument interactive et encourage la créativité pour une meilleure intégration.

Elle s'adapte aussi à ce qui est présent dans le groupe « ici et maintenant ».

Elle alterne entre apports théoriques, exercices pratiques en grand groupe et petits groupes, et études de cas pratiques. Avec le souci que chacun ait son espace de parole, dans un cadre sécurisant.

« J'ai travaillé 27 ans en tant que médecin du travail. J'ai découvert la CNV® en 2004 en lisant « les mots sont des fenêtres ou bien ce sont des murs » de Marshall B. Rosenberg. J'ai envie de partager ma passion de la CNV avec vous. Partager ce qui m'a permis d'accéder à ce à quoi j'aspirais au plus profond de moi : une relation vraie, profonde, respectueuse avec moi-même et avec l'autre.

J'ai également suivi le parcours d'accompagnement individuel avec la CNV (avec Hélène Domergue Tappolet, Anne Bourrit et Vinciane Marlière) sur une durée de 3 ans même si je n'en ai pas finalisé l'accréditation du fait de conditions particulières.»

Florence DROUARD

Coordinatrice - responsable formation de l'association

Coach et formatrice

Florence DROUARD, créatrice et coordinatrice de l'association depuis 2011, a le souci de proposer des contenus adaptés aux besoins des stagiaires et des structures. Ces contenus sont co-crésés avec les intervenants et les financeurs pour plus de cohérence et d'efficacité.

Elle est responsable de l'organisation de la formation et de son déroulement dans les meilleures conditions (locaux adaptés, choix de formateurs/trices formé(e)s et expérimenté(e)s, planification, gestion administrative des inscriptions, respect du règlement intérieur, coordination, accompagnement des stagiaires).

Documents pédagogiques avec bibliographie.

Attestation de formation nominative remise en fin de formation, signée par la formatrice et la coordinatrice de l'association.

Florence DROUARD assure la coordination et la gestion des absences des participants. Elle s'engage à faire les retours nécessaires aux financeurs employeurs et publiques.

La formatrice signera et fera signer un état de présence par demi-journée de formation à chaque stagiaire.

Les participants auront à compléter une fiche de feed-back à la fin de la formation. Les acquis seront évalués tout au long de la formation pendant les exercices pratiques et les temps d'échanges.

TYPE DE FINANCEMENT	TARIFS TTC
Particulier (financement personnel)	200€
Profession libérale/entreprise /association (sans aide financière)	300€
O.P.C.O./Pôle Emploi	600€

Ces tarifs incluent : la location de la salle ; le matériel et supports pédagogiques ; la préparation et l'animation des ateliers ; le suivi administratif et comptable en charge de l'association.

- Les inscriptions sont validées par ordre d'arrivée des dossiers d'inscription complets accompagnés du paiement de la totalité de la formation, avec l'accord de financement écrit de votre entreprise et/ou de l'OPCO (pour financement employeur). Voir fiche d'inscription ci-jointe.
- Avant de procéder à un paiement, prenez contact avec Florence pour vous assurer qu'il reste une place.

- **Auprès de Florence DROUARD (suivi administratif et comptable) :**

Téléphone : 0692 44 31 85 - Mail : associationfloraisance@gmail.com

- **Auprès de Noëlle LEROUX :**

Téléphone : 06 92 04 86 93 - Mail : leroux.noelle@gmail.com