

La Communication Non Violente (CNV) : un art de vivre avec soi-même et avec les autres.

**Stage à Montréal du Gers
"Passer de la culpabilité et de la honte
à l'estime de soi
et devenir acteur de son bonheur"**

Les 5-6 et 7 avril 2019 à Montréal du Gers

Pré-requis : avoir participé aux trois modules d'introduction



Tu éprouves des difficultés à te faire confiance?
Tu te compares et te dévalorises par rapport à ce que d'autres font ou à ce que tu te dis qu'ils sont?
Tu ne sais pas toujours bien où est ta place et même parfois tu te chuchotes que tu n'as pas ta place?
Tu ne vois pas ou ne reconnais pas tes capacités comme tu aimerais tellement mais sans savoir comment faire pour y arriver?

Et s'il était possible de vivre heureux et être un peu plus acteur de son bonheur?

Durant trois jours nous expérimenterons comment nourrir le regard sur soi, la confiance en soi, l'acceptation et l'amour de soi.

Emmanuelle Vidick, formatrice du CNVC accompagnée d'Anne Dupont certifiée en Ai-CNV t'entraîneront au cœur d'un voyage où tu pourras poser le socle solide qui te permettra de développer l'estime de soi et devenir pleinement acteur, actrice de ton bonheur.

Quels sont les bénéfices d'une bonne estime de soi ?

La fin de la fusion, qui lie l'initiative personnelle à l'assentiment d'autrui.

Un meilleur discernement - Une plus grande indépendance - Une plus forte audace

Un peu plus de détachement et d'humour : pour relativiser ses conflits internes et ses échecs et mieux rebondir.

Une meilleure communication : dès lors que les émotions, ressentis et besoins de chacun sont reconnus.

" L'estime de soi est la foi dans la validité de sa réalité intérieure comme une force pour agir dans le monde " (Philosophie taoïste).

Inscriptions: phil.parodi@me.com

Possibilité d'hébergement et pension complète sur place. Flyer sur demande

Pour tout renseignement : Téléphone Emmanuelle Vidick : +4176 426 72 99

Téléphone Philippe Parodi : +33 6 82 83 84 80