



**DÉSAMORCER
LES TENSIONS**



Ateliers découvertes en communication non violente (CNV)

En partenariat avec la SMQRS, la FECHAM est ravie de vous proposer une occasion abordable de prendre part à des ateliers d'initiation à la communication non-violente.

4 ATELIERS

2 EN PRÉSENTIEL

**JEUDI, 9 MAI
JEUDI, 30 MAI**

Une approche puissante

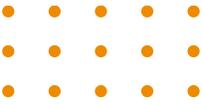
Des moyens concrets

**JEUDI, 16 MAI
JEUDI, 13 JUIN**

2 VIA ZOOM

CNV - Ateliers découvertes

DÉSAMORCER LES TENSIONS



DESCRIPTION

Vous avez parfois l'impression d'être pris dans des dialogues stériles où la critique prédomine et les échanges se détériorent rapidement ?

La **Communication NonViolente (CNV)** offre une approche puissante pour changer cette dynamique. Dans une société où la domination, la dénigration et le chantage affectif sont répandus, il devient **essentiel de se doter de moyens concrets** pour créer des interactions plus positives.

Cet atelier pratique vous convie à explorer l'**approche mondialement reconnue** présentée dans le livre "Les mots sont des fenêtres (ou des murs)" du psychologue et homme de paix Marshall B. Rosenberg (1934-2015).

OBJECTIFS

- **Prendre conscience des mécanismes inconscients** qui se jouent dans les interactions, permettant ainsi **une compréhension plus profonde et une communication plus authentique**.
- **S'initier à un outil d'auto-observation** pour mieux vivre ses émotions, se motiver et agir.
- **Apprendre un processus en 4 étapes pour exprimer les véritables préoccupations** de manière à favoriser la collaboration.
- Développer des **compétences d'écoute efficaces** sans prendre les choses de manière personnelle.

Déroulement

- Présentation du processus de la CNV.
- Étude de cas choisi par les participants, analysé pas à pas à travers des jeux de rôles.
- Session de questions et réponses.

Horaire & modalité

- **De 18h30 à 20h30**
- **4 jeudis : 9, 16, 30 mai et 13 juin.**
- **35 \$ (taxes en sus) par personne**

VOTRE FORMATEUR

Erik Peña Salazar est un formateur certifié par le Center for NonViolent Communication (CNVC).

Fort de plus de 10 ans d'expérience dans la santé et la PME manufacturière, Erik partage avec enthousiasme et clarté ses compétences de leader d'équipe, consultant, directeur et entrepreneur.





UNIVERSITÉ DE
SHERBROOKE

Clinique de médiation

Marc-André Bujold

B.Sc., M.Sc., D-PRD, LL.M., Méd.A.

Chargé de cours - programme de prévention et règlement des différends

Coordonnateur des activités cliniques en prévention et règlement des différends

Clinique de médiation

(450) 463-1835 poste 61839 marc.andre.bujold@usherbrooke.ca

poste 65515 clinique.mediation@usherbrooke.ca

ATELIER D'INFORMATION

SUR LES SERVICES DE MÉDIATION DE L'UDS

La FECHAM et la Clinique de Médiation de l'Université de Sherbrooke vous invitent!

La FECHAM, en collaboration avec la Clinique de Médiation de l'Université de Sherbrooke, est heureuse de vous convier à un atelier d'information **gratuit** dédié aux membres des coopératives. **Cet atelier sera animé par le distingué Marc-André Bujold.**

Profitez de cet atelier pour:

- **Explorer les services de médiation adaptés aux réalités coopératives.**
- Acquérir des outils concrets pour la gestion et la résolution de conflits.
- Engager le dialogue et partager vos expériences avec d'autres membres de coopératives.

Date et heure: **jeudi 6 juin à 18h30 via ZOOM**

Cet atelier représente une occasion précieuse pour les membres des coopératives souhaitant améliorer leurs compétences en médiation et résoudre efficacement leurs différends.

Ne manquez pas cette **chance d'enrichir votre pratique coopérative**, inscrivez-vous dès maintenant!