

Association « S'écouter et se parler »

5, route de la Poterie. 62126 Wimille

Groupes de parole ouverts à tous de 19h à 22h (accueil à 18h 45)

8 personnes maximum.

Mercredi 17 juin 2009 de 19h à 22h (accueil à 18h 45)

« Je ressasse toujours les mêmes choses »

Nous sommes nombreux dans ce cas et nous aimerions "cesser de ressasser" afin d'embellir notre vie au quotidien.

C'est possible ! Et ce que nous nous proposons d'explorer pendant cette soirée (8 personnes maxi).

Stage de développement relationnel

de 4 à 8 personnes maximum.

Samedi 4 et dimanche 5 juillet 2009 de 9h à 18h 30

Niveau 1 : « Améliorer ma relation de moi à moi »

à partir de situations vécues par les participants :

- prendre conscience de mon fonctionnement actuel et de ce qui entrave ma relation avec moi (et les autres),
- prendre la responsabilité de mes sentiments et découvrir les besoins qu'ils révèlent,
- passer de la réaction relationnelle à l'action consciente pour satisfaire mes besoins,
- savoir me reconnaître et me dire merci,

Ce stage pourra être prolongé par deux autres niveaux, selon les désirs de chacun : « Mieux être en relation avec l'autre » et « Être en relation avec moi et avec l'autre ».

Accompagnements individuels, de couples, et Médiations

Sur rendez vous.

Inscription et informations : Association « S'écouter et se parler »

Michel Rouvillain : Tel. 06.76.55.97.20 rouvillain@yahoo.fr

L'animateur :

Michel Rouvillain est coach en relations humaines (écoute et accompagnement individuel ou en couple, médiation relationnelle, médiation de couple), formé aux techniques de communication et de médiation relationnelle, selon les travaux et recherches menés par Marshall.B Rosenberg en Communication Non Violente.

Groupes de parole (ouverts à tous, 8 personnes maxi).

Un mercredi par mois de 19h à 22h (accueil à 18h 45)
5, route de la Poterie
62126 Wimille
Participation aux groupes de parole : 15 euros

Objectifs des groupes de parole :

A partir de situations vécues par les participants :

- déposer sa difficulté et la partager avec des personnes qui vivent la même situation,
- clarifier pourquoi c'est difficile pour soi et quels sont mes besoins insatisfaits,
- rechercher les actions à mettre en œuvre pour dépasser ma difficulté et rendre ma vie plus belle et plus agréable,

Stages de développement relationnel (de 4 à 8 personnes maxi)

Un week-end de 9 h à 18h 30 (voir le prochain au recto)
5, route de la Poterie
62126 Wimille

Le midi, auberge espagnole avec ce que chacun apporte

Participation au week-end de deux jours : 160 euros

La question de l'argent ne doit pas être un frein. En cas de difficulté, en parler en toute simplicité avant l'inscription.

Pour s'inscrire ou obtenir des informations complémentaires :

Association « S'écouter et se parler »

Michel Rouvillain : 06.76.55.97.20 rouvillain@yahoo.fr