

LES BASES DE LA COMMUNICATION NONVIOLENTE



CNV GUYANE
COMMUNICATION
NONVIOLENTE

Modules 1 et 2
du 20 au 23 oct

Module 3
du 30 au 31 oct

Marie-Luce (Muce) Tessonnier formatrice certifiée auprès du CNVC * et son équipe guyanaise oeuvrent pour permettre à tous.tes de découvrir et d'approfondir la connaissance et la pratique de la Communication Nonviolente. Comment ? En proposant chaque année des stages et des événements sur le territoire guyanais et en recueillant vos demandes et projets sur : cnvguyane@gmail.com

Notre prochain stage tout public "**Découverte des bases de la CNV**" se déroule en **octobre 2025**. Notre élan est de contribuer à un monde plus pacifique. La **CNV** est une source d'inspiration profonde pour la communication, le dialogue et la résolution des conflits. Elle nous relie à notre besoin de contribuer à un monde en paix et nous propose un chemin possible pour cultiver cette paix en nous. L'expérience que nous avons de cette pratique nous encourage à la partager, ici et ailleurs dans le monde.

*Le CNVC (Center for NonViolent Communication®) est l'organisme créé par Marshall Rosenberg, le fondateur de la CNV. Le CNVC est le seul habilité à certifier des formateurs CNV dans le monde. La certification est validée au terme d'un parcours engagé de plusieurs années. Cette certification est une garantie de transmission du processus avec l'intégrité et la fidélité à la vision et à l'intention de la CNV.

Pour qui ?

- Les personnes désireuses de découvrir et d'intégrer la CNV dans leur environnement professionnel et / ou personnel
- Les débutant.e.s et aussi les personnes qui ont déjà suivi un ou plusieurs modules et qui souhaitent approfondir leur intégration du processus
- Les personnes ayant envie de rejoindre une communauté d'apprentissage pour explorer et pratiquer la CNV
- Les personnes parlant et lisant le français (pas de traduction prévue). Si votre langue maternelle est une autre langue que le français et que vous êtes un peu inquiet.e avec votre compréhension à l'oral et/ou à l'écrit, s'il vous plaît, please, por favor : contactez-nous. Nous avons une grande expérience des communautés multilingues et nous pourrons peut-être vous soutenir

Nous proposons une immersion de 6 jours. Profitez-en !

Aussi notre préférence est de donner la priorité aux personnes qui s'inscrivent aux modules 1 et 2 au minimum.



Le mot de la formatrice :

" Mon intention est de créer avec vous un espace de découverte, de pratique de la Communication Nonviolente, et de partager les valeurs d'humanité que nous propose la pratique de l'empathie envers soi-même et envers l'autre. C'est aussi le chemin le plus riche que j'ai découvert (pour le moment), au fil de mon intégration du processus, pour vivre le partage dans les décisions. Chaque stage est pour moi, un moment privilégié d'apprentissage, de joie, de rencontres, de profondeur et de surprise !

C'est par votre présence que ces moments de grâce peuvent exister, Merci !"

Muce



BULLETIN D'INSCRIPTION



cnvc.org

The Center for
NONVIOLENT
COMMUNICATION

LES BASES DE LA COMMUNICATION NONVIOLENTE



Modules 1 et 2
du 20 au 23 oct

Module 3
du 30 au 31 oct

Quoi ?

La formation de base en CNV s'articule autour de 6 journées de formation, soit 3 modules de 2 jours chacun.

Mise au point par Marshall B. Rosenberg, la Communication Nonviolente (CNV) vise à rappeler ce qui est essentiel dans les interactions humaines et à améliorer la qualité de nos échanges. Elle nous invite à apprendre à « décoder » ce que les autres veulent vraiment dire, à comprendre ce qui se trouve derrière leurs propos ou leurs comportements. La CNV nous propose aussi de prendre la responsabilité de ce que nous vivons et ressentons. Cette attention à nous-mêmes ouvre un espace de paix en nous, et, c'est à partir de cet endroit que nous pouvons entendre l'autre et chercher, imaginer ensemble des solutions gagnant-gagnant.

La CNV peut nous permettre de soutenir les organisations et les individus dans la transformation des schémas, des cultures et des systèmes pour gagner en efficacité et en humanité.

Modules 1 & 2

Introduction à la CNV et Empathie

- Intention et sources d'inspiration de la CNV
- Transformer les jugements en expression des besoins
- Clarifier notre intention et ce qui se passe en soi
- Prendre la responsabilité de ses émotions, de ses actes et de ses paroles
- Pratiquer la gratitude
- L'empathie pour soi-même : accueillir ce qui se passe en soi et reconnaître ses besoins
- Écoute empathique de l'autre : entendre les sentiments et les besoins de l'autre au-delà des mots
- S'exprimer avec authenticité et assertivité

Module 3

Vers la pratique du dialogue

- La pratique de l'écoute empathique de l'autre (suite)
- Propositions au sens de la CNV
- La pratique du dialogue avec l'attention portée à ses besoins et à ceux de l'autre
- Dire "NON" et entendre un "NON"
- Et après ? Quel(s) changement(s) ? Quelles actions ?



Comment ?

Par la co-création d'un groupe d'apprenant.e.s soutenu par Muce (formatrice), Nathalie, Claire, Anar et Béa à l'organisation

En alternant la taille des groupes de travail et en favorisant les interactions au sein du groupe.

Pour ce stage, notre préférence est de ne pas dissocier les modules 1 & 2. Si vous le pouvez, nous vous invitons à profiter pleinement de cette immersion en suivant les 3 modules.



The Center for
NONVIOLENT
COMMUNICATION



BULLETIN D'INSCRIPTION

LES BASES DE LA COMMUNICATION NONVIOLENTE



CNV GUYANE
COMMUNICATION
NONVIOLENTE

Modules 1 et 2
du 20 au 23 oct

Module 3
du 30 au 31 oct



Quand ?

Modules 1 et 2 : 20-21-22-23 oct
Module 3 : 30-31 oct 2025



Où ?

A proximité de Cayenne



Contact

cnvguyane@gmail.com

ou Anar au  + 33 6 29 67 04 97

Combien serons-nous ?



Tout dépend de vous ! Nous pouvons accueillir 15 participant.e.s. Nous avons fixé le nombre minimum d'inscrit.e.s à 8.

Pourquoi ? Pour faire varier avec aisance la taille des groupes, ce qui permet plus de richesse et de partages pour la co-construction de nos apprentissages.



Contribution

Contribution standard pour les particuliers :

- 660 € pour 3 modules
- 450 € pour 2 modules
- 240 € pour 1 seul module

Autres contributions : professions libérales, TPE, associations, financements via un OPCO, Qualiopi
➡ Merci de nous contacter au plus tard le **31 août 2025** sur cnvguyane@gmail.com

Pas de prise en charge via CPF

Nous souhaitons que l'argent ne soit pas un obstacle à votre participation, alors, si vous rencontrez une difficulté pour mobiliser vos ressources financières, n'hésitez pas à nous faire des demandes.

Vous avez déjà fait ce stage avec Muce et vous avez envie de continuer à pratiquer, à muscler vos compétences ? Contactez Muce directement pour bénéficier d'une contribution financière spéciale.

De même, n'hésitez pas à nous faire des propositions si vous désirez soutenir un.e participant.e dont les ressources sont moindres.

Dois-je verser des arrhes ?

Nous ne demandons pas d'arrhes car nous avons confiance que si vous vous inscrivez, c'est que vous avez vraiment l'intention de nous rejoindre. Et nous avons la confiance que si vous annulez votre inscription c'est que vous avez une raison majeure pour le faire (voir précisions dans le bulletin d'inscription).

Et si ...

Je tombe malade et que je dois annuler ma participation ?

Ou si les organisatrices sont dans l'incapacité de maintenir la formation ?

Vous serez remboursé.e des sommes déjà versées pour les modules non effectués. (voir précisions dans le bulletin d'inscription).

Comment s'inscrire ?



[BULLETIN D'INSCRIPTION](#)



The Center for
NONVIOLENT
COMMUNICATION

Besoin de clarté ?

Contactez-nous par mail sur cnvguyane@gmail.com ou contactez **Anar uniquement** par WhatsApp au + 33 6 29 67 04 97. Nous vous répondrons avec plaisir le plus rapidement possible.