

La RÉUNION
 Dos d'Ane
 1-3 mai 2015



Restitution des travaux de groupes : QUE SOMMES-NOUS DEVENUS ?

La plupart d'entre nous avons participé à une ou des formations de **Compétences relationnelles**

- Qu'est-ce que ces formations ont changé pour moi ?
- Qu'est-ce que ça a produit dans ma vie ?
- Qu'est-ce qui a résisté au changement ?
- Quelles questions nouvelles j'aimerais éclaircir ?

Réussites - Changements

- Nueils perspectives - envisager l'avenir
- De commencement et... Commencements
- réalisation de soi
- par écoute / par non-violence, et apaisabilité
- Nueils axes
- Se affirmer, oser parler, prise de parole
- Echanges
- Nueils perspectives, + d'ouverture
- Evolution personnelle, + de liberté + d'option
- par meilleur usage de nos émotions, de nos besoins
- Acquisition d'outils
- Douceur, recul
- + présence, + d'écoute
- Amélioration vie personnelle et professionnelle
- Mieux communiquer par la parole
- Changement de regard grâce au groupe et la dynamique
- Efficacité même si les démarches sont différentes

Besoins

- d'être écouté /
- de respect
- d'affirmation de soi /
- du temps
- d'expression de colère positive
- de vérité
- de justice
- de sens spirituel
- de sécurité
- de personnes pour réfléchir
- de bonnes relations, authentiques
- de CNV - de bienveillance sur soi et
- d'accepter la différence, aller vers le autre
- d'identifier ses besoins
- de se libérer /
- de la fixation des émotions
- d'échanges + personnels

Annotations:
 de ne + seoir
 frustration
 mensonge
 Résistance personnelle, du
 de sincérité
 de sincérité
 manipulation (être maître de
 ses besoins)
 de reconnaître ses propres valeurs
 " discerner la vérité de ses
 Négocier l'humilité de la colère
 de sécurité protégée

Demain...

- Séminaire (à l'aide de paroles et d'écoutes et d'écoute libre et renouveler)
- livre (d'aide d'outils)
- Conférence (avec la participation aux ateliers)
- Aller vers l'écoute de l'écoute
- Valoriser et faire connaître les réussites
- Accueillir I. personnelle
- Introduction (pour faire connaître les lieux professionnels)
- A l'écouter en soi (nos valeurs nos devoirs)
- Formation par l'écoute en soi (pour de soi - pour soi-même)
- Formation par l'écoute en soi (pour de soi - pour soi-même)
- Formation par l'écoute en soi (pour de soi - pour soi-même)