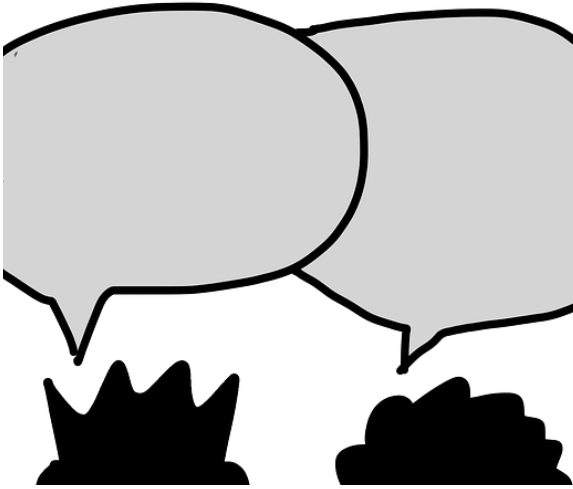


CULTIVER LA COOPÉRATION DANS MON MILIEU DE VIE

Atelier sur l'écoute empathique, la coopération
et la communication collaborative



Stage de 12 heures

La communication collaborative est essentielle au mieux-vivre collectif: elle permet d'encourager la coopération et le respect de la diversité dans tous nos échanges au quotidien, que ce soit au travail, avec nos proches ou dans une file d'attente au supermarché. Exploration et découverte d'outils invitant l'écoute empathique, la résolution de conflits constructive et la collaboration pour un mieux-être individuel et collectif.

DÉTAILS

- Durée: 12 heures, de 9h à 16h30 pendant deux jours, ou 4 rencontres de 3 heures
- Structure: formation, exercices pratiques et partages
- Clientèle visée: professionnel-le-s et intervenant-e-s de l'enfance, école, organisme et association oeuvrant auprès de familles.

APPRENTISSAGES

- Reconnaître les attitudes et le langage aliénants
- Écouter avec empathie
- Passer du JE au NOUS
- Des outils pour encourager le respect mutuel et l'échange collaboratif
- Dénouer des situations à défi
- Stratégies pour communiquer collaborativement dans les hauts et les bas

À PROPOS DE MITSIKO MILLER

Mitsiko Miller est coach certifiée et mère *parfaitement* imparfaite de deux maitres zen (maintenant adolescents). Elle cumule plus de 10 ans d'expérience en développement personnel et en accompagnement parental. Avec le Projet, elle offre des outils pour vivre l'harmonie et pratiquer la collaboration en action, pour le mieux-être des familles et de tous les collectifs.

Mitsiko pratique l'approche de la communication non-violente au quotidien depuis plus d'une décennie et y intègre des éléments de pleine conscience, d'approches psycho-corporelles et de Focusing FRI. Elle est diplômée de la formation « Familles en paix » du Centre de la Communication NonViolente (Peer Parenting Leadership Program) développée par Inbal Kashtan pour partager la Communication NonViolente auprès des familles et formée auprès Isabelle Filliozat: elle est formatrice aux Ateliers Filliozat et la collaboratrice canadienne d'Isabelle.