

Stage Changement de paradigme Orienté « praticien.ne.s »

Stage animé par **Isabelle Capy et Manibhadri**, formatrices certifiées du CNVC[®]

Marshall Rosenberg avait coutume de dire :

« A chaque instant nous avons le choix de détruire ou de servir la vie. » Avoir conscience de ce choix est quelque chose qui s'apprend, la plupart d'entre nous ayant été éduqués sans jamais se poser la question de leur libre arbitre et de la manière d'utiliser leur pouvoir. Ce séminaire a donc pour but de nous faire expérimenter cette affirmation et de nous l'approprier, de sorte à pouvoir la partager, la transmettre, à partir d'un lieu intérieur vivant, solide et stable.

Programme des quatre jours en page 3.

Déroulement du stage

Nous alternons les exercices en groupe ou à deux, les jeux de rôles, les échanges collectifs et les apports théoriques. Nous travaillons sur des exemples du quotidien, de préférence à partir de vos propres expériences.

Dates, horaires, coût : voir la page suivante.

Nombre de participants : 15 maximum

Pré-requis : avoir suivi un minimum de 10 jours de stage CNV avec un.e formatrice certifié.e, du CNVC, dont au moins deux des approfondissements suivants : la colère, les croyances, la culpabilité.

Renseignements : isabelle Capy 06 49 53 16 08 – isabelle.capy@mailo.com

Inscription et règlement :

Le nombre de places étant limité, les inscriptions (dossiers complets) sont prises par ordre d'arrivée.

Votre inscription sera validée et confirmée par mail à réception de votre règlement et de votre bulletin. Le jour du stage, si vous souhaitez payer en plusieurs fois, possibilité de faire 2 ou 4 chèques. Pas de paiement par carte bancaire. Paiement possible uniquement par chèque, espèces ou virement.

Merci de noter que cette formation est un stage de développement personnel et ne peut en aucun cas être prise en charge dans le cadre de la formation professionnelle continue. Elle ne peut être financée que sur deniers personnels.

Retourner la page 2 « Contrat de formation », signée et accompagnée de 4 chèques de 182,50 euros : deux chèques à l'ordre d'Isabelle Capy et deux à l'ordre de Barbara Laure Desplats). Aucun chèque n'est encaissé avant le stage. Si vous le souhaitez vous pouvez plutôt établir 6 chèques (3 à chacune de nous).

Bulletin d'inscription : Changement de paradigme

*Merci de retourner cette page complétée avec vos chèques à :
Isabelle Cappy, 57 chemin de la Martelière, 38500 Saint-Cassien*

Entre les soussignés :

Isabelle Cappy, et Barbara-Laure Desplats, (Manibhadri)

Et :

Nom/ Prénom :

Adresse personnelle :

Code postal / Ville :

E mail : Numéro portable :

ci-après désigné « le stagiaire », d'autre part,

Est conclu un contrat dans lequel Isabelle Cappy et manibhadri s'engagent à organiser le stage suivant (sur la base de 7 heures de formation par jour) :

Stage orienté praticien.nes	Date	Lieu	Horaires
Changement de paradigme	Jeudi 22 au dimanche 25 octobre 2026	Grenoble centre	Voir programme page 3

En contrepartie duquel le/la participant.e s'engage à régler la somme suivante :

Tarif plein	730 €
Tarif réduit* (études, recherche d'emploi...)	600 €

*** Si vous êtes dans une situation qui ne vous permet pas de payer ce tarif, merci de nous le dire pour que nous trouvions ensemble un tarif juste pour chacun.e de nous.**

Public concerné et pré-requis : formation tout public. Prérequis : Avoir suivi dix jours de stage avec un formateur/ une formatrice certifié.e du CNVC.

Merci de remplir le tableau des stages joint, ce qui nous permettra de connaître votre parcours.

Conditions applicables en cas de désistement du stagiaire :

- Moins de 15 jours avant le début du stage : encaissement du chèque d'arrhes
- Moins de 72 heures avant le début du stage : les 4 chèques (totalité du coût) sont déposés sauf en cas de remplacement par une personne en liste d'attente, ou en cas de force majeure avérée.

En cas d'annulation de la part du formateur : remboursement intégral au stagiaire.

Fait à

Le :/...../20....

Pour le/la stagiaire :

Pour Isabelle Cappy et Manibhadri :

PROGRAMME DETAILLE

JOUR 1 (Jeudi 9h30-18h)

Matin :

- Comprendre : paradigmes et systèmes
- Passer d'un paradigme à l'autre : relecture et partages d'expérience / récolte de pépites sur ce qui nous aide

Après-midi :

- Explorer les systèmes dans lesquels nous "œuvrons"
- La gratitude comme changement de paradigme, Gratitude à soi

JOUR 2 (Vendredi 9h-18h)

Matin : Repérer nos habitudes : 4 manières de recevoir un message

- à l'intérieur de soi, puis dans le dialogue
- dans un contexte professionnel : comment présenter ces notions en réunion ou à 1 collaborateur

Après midi : Différencier les 2 paradigmes et savoir les expliquer à quelqu'un

- à partir des caractéristiques des paradigmes : trouver un exemple pour chaque notion dans mon contexte
- présenter ces 2 paradigmes avec les marionnettes (pour des ateliers de pratique)
- présenter ces 2 paradigmes dans un contexte donné avec un exemple adapté
- Gratitude à une personne inspirante

JOUR 3 (samedi 9h-18h)

Matin : Les obstacles à la relation

- malaxer les catégories (jugements, exigences, déni de responsabilités) et prendre conscience des impacts dans ma vie / mon contexte
- faire goûter la différence pour chaque catégorie avec 1 exemple tiré de mon contexte et sa traduction en girafe

Après-midi : jeux de rôles didactiques sur quelques différenciations clés au cœur du changement de paradigme.

- Gratitude à la vie

JOUR 4 (dimanche 9h-16h)

Matin :

- Temps de pratique complémentaire sur les notions vues les jours précédents
- Travail sur les architectures invisibles dans les systèmes

Après-midi:

- Bilan individuel et feuille de route pour la suite
- Gratitude à un apprentissage vécu