

COMMUNICATION NON VIOLENTE



Docteur en médecine, Anne van Stappen fut aussi cavalière internationale. Deux fois championne de Belgique de dressage avec un jument de son élevage, elle participa aux championnats du monde en 1992 où elle présenta une jument qu'elle avait fait naître, élevée et dressée.

Depuis 1995 elle est formatrice certifiée en CNV.

Elle est conférencière et auteure de 3 livres intitulés : "*Ne marche pas si tu peux danser*", "*Petit cahier d'exercices de bienveillance envers soi-même*", "*Petit cahier d'exercices de CNV*", éditions Jouvence, 2009 et 2010.

Anne van Stappen a écrit le premier roman "CNV" qui permet d'apprendre un art du dialogue au service d'un art de vivre tout en se délassant dans la lecture d'une histoire.

Anne est Maître praticien en PNL et en hypnose Ericksonienne et formée à diverses approches thérapeutiques.

La Communication Non Violente (CNV) est une façon de communiquer qui vise à mettre de la compréhension et du respect mutuel dans les échanges.

C'est une façon d'être en relation dans laquelle on ne se préoccupe pas seulement de ce qui doit être produit, mais aussi de ce que chacun vit.

En aidant chacun à s'exprimer sans agresser et à écouter l'autre sans s'effacer, la CNV permet d'aborder autrui en restant en accord avec son humanité.

Elle se vit sur deux plans :

- Une intention de bienveillance mutuelle
- Une façon de communiquer visant à stimuler cette bienveillance

Contact et information sur les formations

avs@annevanstappen.be
www.annevanstappen.be