



# S'écouter pour avancer

**Ce cycle s'adresse** à tous ceux qui sentent que leur écoute est limitée et sont prêts à la questionner au travers d'une formation surtout expérientielle.

Il s'agit de s'écouter : s'écouter soi-même et s'écouter entre nous pour permettre à chacun d'avancer avec nos ressources propres et à notre rythme.

## L'objectif

Que chaque participant, trouve ses voies de questionnement de sa posture d'écoute et ses pistes d'amélioration.

Qu'il touche la magie de l'écoute tant pour l'écouté que l'écoutant quand nous écoutons avec tous nos sens, de tout notre être et dans une disponibilité la plus totale possible.

## Le contenu

Des exercices

Corporels

Émotionnels

Relationnels

et des mises en situation

en Individuel

en duos

en groupes

Visant à

- Interroger notre manière d'écouter
- Repérer ce qui l'entrave et ce qui la favorise
- Expérimenter toujours plus finement la disponibilité
- Ancrer de nouvelles postures d'écoute qui engagent toute la personne, corps et esprit

## L'approche

**Le cycle est constitué de 8 ateliers mensuels, chacun d'une durée de 3h et d'entretiens réciproques d'entraînement entre les 5 derniers ateliers.**

## Inscription

[vgalley@nouveausoufflepro.com](mailto:vgalley@nouveausoufflepro.com)

MAJ 20 mai 2023

### Prochains ateliers découverte :

**16 mai ou 20 juin 2023 de 19h à 22h**

**FORUM 104- 104 rue de Vaugirard-PARIS**

Participation financière libre

### Stage résidentiel du 18 au 23 juillet 2023

dans le Périgord- tarif : 600€ avec hébergement

### Prochain cycle au FORUM 104

**12 dec 2023, 9 et 30 jan, 27 fev,**

**26 mars, 23 avr, 28 mai, 25 juin 2024**

Tarif : 320€ pour le cycle