

# La communication dans le couple, un chemin vers la connaissance de soi et de l'autre



Lorsque deux personnes prennent le risque de la relation, elle devient source de transformation. Comment jardiner et prendre soin de cet espace dans le respect mutuel? Comment rester vivant, créatif, joyeux, garder son désir?

Stage du 13 juillet au 18 juillet 2025

> informations complètes au verso

## À qui ça s'adresse ?

---

À toute personne désireuse de cultiver le lien de couple et d'expérimenter une affirmation de soi au service de la relation.

## Pré-requis :

---

Avoir suivi au moins 2 jours d'initiation à la CNV.

## Nos axes de travail :

---

En utilisant l'outil de la CNV, nous apprendrons à exprimer nos propres besoins, nos sentiments et à faire des demandes, à développer notre écoute de l'autre (dans ses besoins, ses sentiments et ses demandes) et à ouvrir un dialogue authentique et créatif.

Nous souhaiterions développer un espace d'écoute mutuel autour des non-dits, pensées jugeantes, émotions difficiles (peur, colère, culpabilité, jalousie) qui sont réveillés dans la relation de couple, afin de les traverser, les transformer et retrouver de la légèreté.

Nous voulons également voir comment rester vivant, créatif dans la relation et cultiver la gratitude pour soi et pour l'autre.

## Avec qui ?

---

Laurence Bruschweiler et Nicolas Bagnoud formateurs certifiés du centre international pour la Communication NonViolente; ils vivent et travaillent tous les deux en Suisse et dans l'espace francophone.

Caroline Daures, psychothérapeute, diplômée de l'école française d'analyse psychodynamique, travaille à Lyon et dans le Tarn.

## Où ?

---

Au Hameau de l'Etoile à Saint Martin de Londres (Région Montpellier), un cadre agréable, ressourçant, paisible. [www.hameaudeletoile.com](http://www.hameaudeletoile.com).

## Tarif du stage :

---

700€ par personne ou 1300€ pour le couple.

## Pension :

---

87€ à 110€ par personne et par jour, en fonction du type de logement; inscription directement auprès du lieu de stage: [www.hameaudeletoile.com](http://www.hameaudeletoile.com)

## Dates :

---

Le stage débute le dim. 13 juillet 2025 à 18h et se termine le ve. 18 juillet 2025 à 16h.

## Réservation et inscription auprès de :

---

Caroline Daures pour la France  
Tél. +33 (0)6 11 93 25 86  
E-mail : [daures.caroline@wanadoo.fr](mailto:daures.caroline@wanadoo.fr)

Nicolas Bagnoud pour la Suisse  
Tél. +41 (0)27 323 68 19  
E-mail : [nicolas.bagnoud@sunrise.ch](mailto:nicolas.bagnoud@sunrise.ch)