

Aïkido Verbal



Du conflit à la conversation
Atelier d'Aïkido Verbal à Paris

Le samedi 16 février 2019

Apprenez à gérer les attaques verbales de manière pacifique et efficace.

Les attaques verbales dans la vie quotidienne sont plus courantes que nous le pensons et prennent de nombreuses formes. Patron, membre de la famille ou inconnu, peuvent nous faire voyager dans la critique, l'humiliation ou même la culpabilité.

Comme la plupart des gens, notre réponse consiste souvent à fuir, se paralyser ou utiliser la force (verbale). Il existe cependant d'autres façons, plus équilibrées, de réagir. **L'Aïkido Verbal** en est une.

Une approche basée sur la philosophie de l'art martial Japonais, où on ne réagit jamais à la force avec force.

L'Aïkido Verbal vous aide à développer votre assertivité et votre écoute neutre, pour gérer les conflits de manière pacifique et efficace, dans la recherche d'un équilibre entre toutes les parties impliquées.

Si vous souhaitez en savoir plus, participez à notre atelier à Paris le 16 février avec Luke Archer, fondateur de l'Aïkido Verbal, et son équipe.

L'atelier se déroulera en anglais et en français.

Lors de l'atelier, vous pratiquerez le centrage, le stretching verbal et le *sparring* dans un environnement sûr.

Un entraînement pour développer la capacité à accueillir les conflits comme une opportunité d'approfondir votre pratique et de vous connecter avec les autres.

« Après une formation en Aïkido Verbal, j'ai été en mesure d'aborder sereinement les situations conflictuelles... Aujourd'hui, je n'ai plus peur de dialoguer avec des personnes qui m'attaquent verbalement. Avant, je ne savais pas comment résoudre un conflit. Mais c'était avant ! » Alessia V

« Très bon atelier qui nous a permis à tous d'appréhender le regard et la posture de l'autre. Un moment de rire, de partage et de sincérité... à renouveler sans attendre. » Frédéric L

« Un atelier fort en apprentissage, je repars avec des clés très concrètes pour faire face aux conflits et attaques verbales sur le vif. Je me sens à la fois plus solide, plus souple et plus confiante, enthousiaste même à l'idée de pratiquer. » Marie L

Toutes les informations pour s'y rendre

Quand : le samedi 16 février

Horaire : 10h-17h30

Où : 58 bis, rue La Boétie, 75008 Paris

Sponsor : L'atelier est parrainé par **Crowe Risk Consulting**, une entreprise mondiale engagée dans la diversité, la solidarité et un lieu de travail exceptionnel.

Frais de participation : 110 € pour un jour ou 175 € pour les deux jours. **Tarif anticipé :** 99 € ou 160 € pour les deux jours, si vous vous inscrivez d'ici le mercredi 6 février.

Si vous avez déjà participé à une journée d'atelier et que vous souhaitez passer votre Bracelet Vert ou autre ceinture, merci de nous signaler cette intention en amont.

Pour toutes questions, veuillez contacter Luke Archer à luke@verbalaikido.org