FORMARE ÎN COMUNICARE RELAȚIONALĂ® 2027

Cum ar fi să te simți cu adevărat auzit și înțeles?

Descoperă Comunicarea cu adevărat și devino Consilier în Comunicare Relațională®

Cu Antonia Noël, creatoarea metodei
Aprilie - noiembrie 2027
8 module live, online



© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Ce ai vrea să schimbi în relațiile tale?

În cuplu, conversațiile ajung la reproșuri și simți că nevoile tale rămân neauzite?

În relația cu copilul, repeți aceleași cereri și reacționezi uneori într-un fel pe care îl regreți?

La serviciu, îți este greu să-ți susții punctul de vedere sau să abordezi un conflict?

Când ești singur, observi că te confrunți cu aceleași blocaje și îți dorești să-ți depășești fricile, conflictele interioare?



© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Dificultățile cu care te confrunți au o soluție



Prin Comunicarea Relațională®, vei deveni cea mai bună variantă a ta în materie de comunicare.

Dobândești instrumente de ascultare, exprimare a nevoilor, tehnici de vizualizare și simbolizare.

Integrezi Comunicarea Relațională® ca mod de a fi în relația cu ceilalți și în dialogurile tale cotidiene.

Instrumentele capătă sens prin practica ta zi de zi: tu devii persoana care comunică în mod conștient și vei produce astfel transformări în TOATE relatiile tale.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Un parcurs complet de transformare personală reală printr-o abordare unică și extrem de eficientă

8

module live online

7 **module tematice** care trec cursantul prin toare relațiile sale și un modul de supervizare, recapitulare și aplicare a metodologiei.

10 **ședințe individuale** alături de Antonia Noël, creatoarea metodei, care te va acompania, pas cu pas, în profunzimea relațiilor tale.

32 de **lecții înregistrate** cu Antonia Noël, cu exerciții de aplicat după fiecare lecție, plus comunitatea ICRAN pe WhatsApp.

Certificat de absolvire și posibilitatea de a te abilita în calitate de Consilier în Comunicare Relațională®.

139 de ore de formare și lucru personal

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

O nouă competență sau o nouă carieră

Îți completezi profesia actuală

Integrezi instrumentele metodei CR® acolo unde lucrezi deja: în educație, management sau activități de acompaniere (coachi, psihologi, terapeuți). Dezvolți felul în care asculți, clarifici și susții relațiile cu clienții tăi.

Îți schimbi traiectoria profesională

Te pregătești să însoțești alte persoane în îmbunătățirea comunicării și a relațiilor lor, urmând etapele de abilitare pentru a deveni Consilier în Comunicare Relațională®, stabilite în cadrul Institutului de Comunicare Relațională®.



© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

10 ședințe individuale cu Antonia Noël

Autoarea metodei de Communicare Relațională

Lucru personal asupra experiențelor traumatice din relații și a felului în care ele influențează prezentul.

Sprijin pentru depășirea situatiilor conflictuale și a blocajelor, prin acompaniere și tehnicile specifice CR®.

Explorarea convingerilor limitative și a limbajelor autoviolente, pentru mobilizarea resurselor și a potențialului tău.



© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Comunicare Relațională: baze și fundamente – Modul 1

Vineri, 23, sâmbătă, 24 și duminică, 25 aprilie 2027
10:00–17:00 în fiecare zi, live pe Zoom

Construiești reperele comune ale parcursului și începi să observi cum comunici.



Instrumente și tehnici de comunicare; reguli de igienă relațională.

Nevoile și dorințele umane; ascultarea activă și cele patru niveluri ale ascultării.
Registrele de comunicare; a auzi, a asculta, a înțelege și a accepta.

Introducere în inteligența relațională; IQ, IE și IR.

Sistemul tripartit al emoțiilor; identificare, exprimare verbală, vizualizare și simbolizare.

ÎN PRACTICĂ

Exerciții de ascultare și exprimare a nevoilor. Lucrăm pe situații personale și exersăm vizualizarea și simbolizarea emoțiilor.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Comunicare Relațională: Cum dezvolt o relație sănătoasă în cuplu? – Modul 2

Sâmbătă, 15 și duminică, 16 mai 2027
10:00–17:00 în fiecare zi, live pe Zoom



Explorezi ceea ce apropie doi oameni și ceea ce poate fragiliza relația.

Relația de cuplu și diferitele tipuri de relație.

Forțele de atracție: frici, sentimente și alegeri inconștiente.

Forțele care afectează relația; tipologii de cuplu.

Proiectele de viață; limbajele iubirii și dubla intimitate.

Cele trei tipuri de separări.

ÎN PRACTICĂ

Facem exerciții de ascultare a partenerului, exprimare a nevoilor și clarificare a așteptărilor. Explorăm tiparele de cuplu și proiectele de viață, individual și în grup.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Comunicare Relațională: Cum să construiesc relația cu copilul și să comunic cu adevărat cu el? – Modul 3

Sâmbătă, 12 și duminică, 13 iunie 2027
10:00–17:00 în fiecare zi, live pe Zoom

Dezvolți o comunicare care susține apropierea și reperele necesare copilului.

Diferitele tipuri de parenting.

Funcția parentală și cele patru dependențe.

Ascultarea copilului: nevoi și comunicare verbală.

Înțelegerea comportamentelor atipice și modalități de gestionare a acestora.



ÎN PRACTICĂ

Explorăm originile noastre și propria copilărie. Identificăm tiparele și mecanismele care ne duc la reacții „pe pilot automat”, dăunătoare copilului. Lucrăm la depășirea lor prin exerciții individuale și de grup.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Comunicare Relațională: Cum comunic cel mai bine la serviciu? – Modul 4

Sâmbătă, 24 și duminică, 25 iulie 2027
10:00–17:00 în fiecare zi, live pe Zoom

Abordarea relațiilor profesionale prin CR®



Relațiile profesionale și managementul relațional în organizații.

Organizația, persoana, funcția, rolul și contractul.

Salariul, beneficiile angajatului și dinamica victimizării.

Tipuri de relații și funcții; apoziție versus opoziție.

Autoritate, putere și autoritarism; tipologii de management.

Negociere, persuasiune, confruntare și consens.

ÎN PRACTICĂ

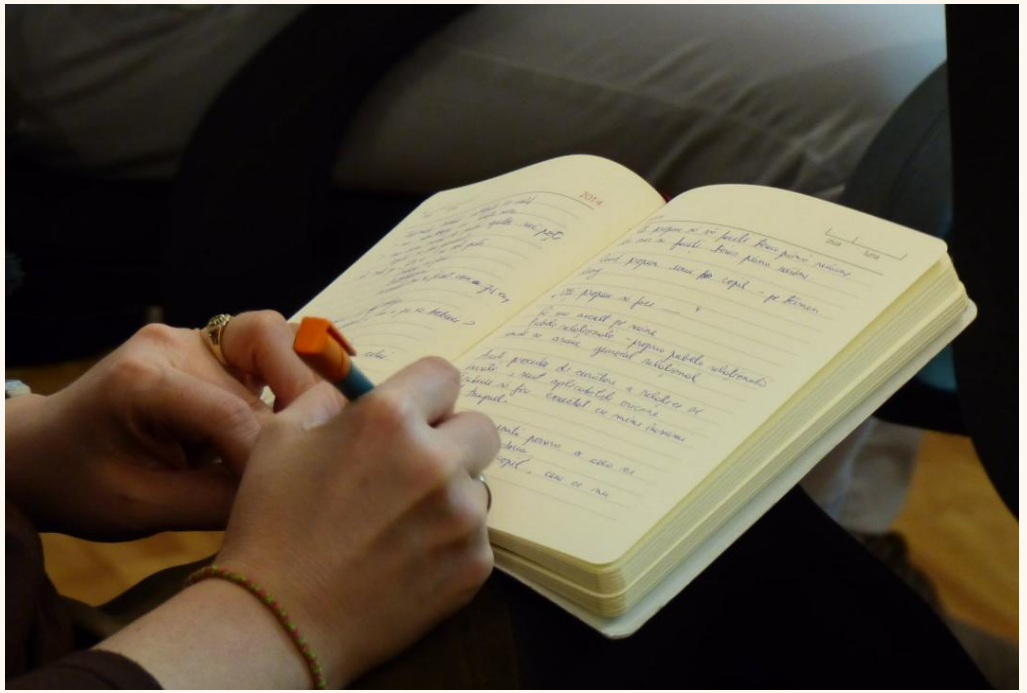
Exersăm conversațiile dificile, formularea cererilor și negocierea. Lucrăm pe situații profesionale concrete, pentru a clarifica rolurile și a aborda conflictele prin CR®.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Comunicare Relațională: aprofundare și consolidare – Modul 5

Sâmbătă, 28 și duminică, 29 august 2027
10:00–17:00 în fiecare zi, live pe Zoom

Revii asupra instrumentelor și aprofundezi aplicarea lor în situații complexe.



Consolidarea ascultării active; ascultarea participativă.

Dorința, blocajele și dorința inconștientă concurentă.

Aprofundarea inteligenței relaționale.

Emoții plăcute și neplăcute, mindfulness și schimbarea acțiunii.

Simbolizarea și restituirea.

ÎN PRACTICĂ

Exersăm ascultarea din poziții diferite: receptor și observator. Lucrăm exprimarea în scris și verbal, prin exerciții aplicative cu impact asupra felului în care comunicăm.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Comunicare Relațională: Cum decodific limbajul corpului pentru relații sănătoase? – Modul 6

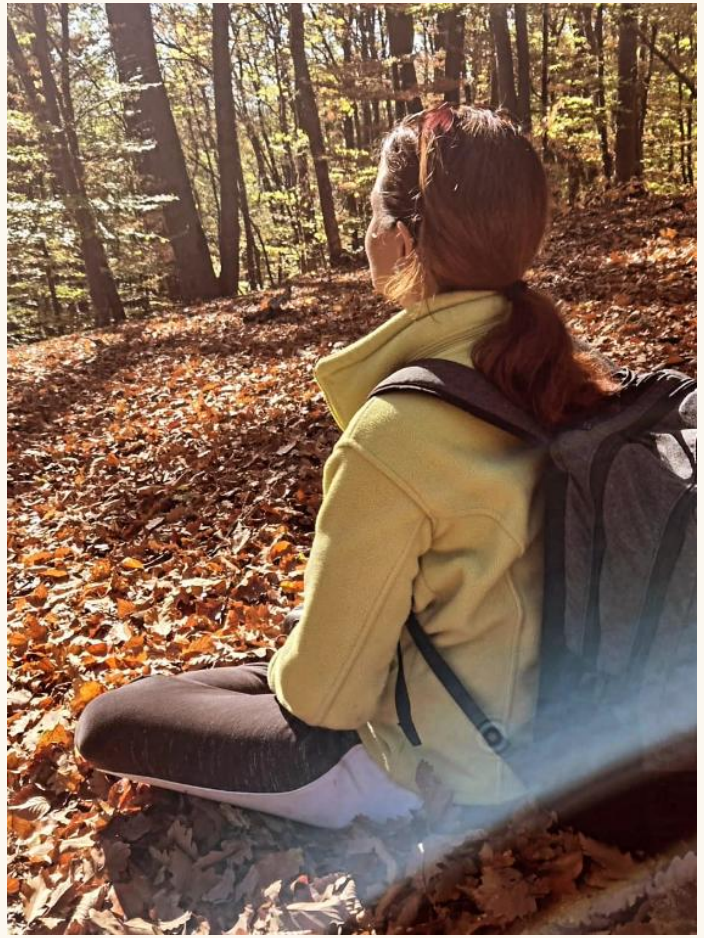
Sâmbătă, 25 și duminică, 26 septembrie 2027
10:00–17:00 în fiecare zi, live pe Zoom

Explorezi relația cu propriul corp și felul în care îți asculți experiența interioară.

Cele șapte origini ale somatizărilor, așa cum sunt abordate în cadrul metodei CR®.
Ascultarea de sine prin tehnica vizualizării externe.

Diferențierea dintre cauză și sensul personal atribuit unei experiențe.

Explorarea conflictelor interioare, violențelor primite și misiunilor de fidelitate.
Rituri inițiatice, situații neîncheiate, separări și simptomul familial.



ÎN PRACTICĂ

Prin vizualizare, simbolizare și exerciții de ascultare de sine, explorăm blocajele, convingerile limitative și limbajele autoviolente. Lucrăm la depășirea lor și la mobilizarea potențialului personal.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Comunicare Relațională: Cum depășim despărțirile din relații (separări, pierderi, dolii)?– Modul 7

Sâmbătă, 16 și duminică, 17 octombrie 2027
10:00–17:00 în fiecare zi, live pe Zoom

Găsești repere de înțelegere și sprijin pentru perioadele de pierdere și tranziție.

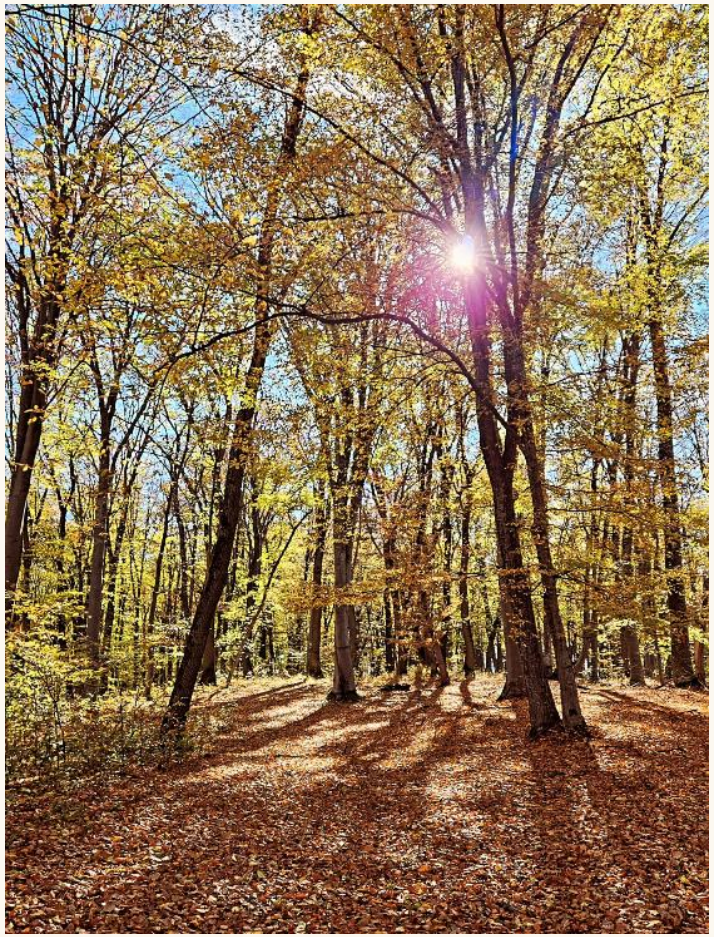
Separările din relații și experiențele traumatice.

Diferențierea sentimentelor de relație; cele trei tipuri de separări.

Etapele despărțirii și procesele de refacere.

Prezentarea unor abordări terapeutice scurte în lucrul cu trauma.

Viața după traumă și reconectarea cu energia vitală.



ÎN PRACTICĂ

Exerciții individuale și de grup pentru explorarea separărilor și a pierderilor. Prin acompaniere și tehnicile CR®, lucrăm la depășirea blocajelor și la reconectarea cu resursele personale.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Comunicare Relațională: Supervizare – Modul 8

Sâmbătă, 20 și duminică, 21 noiembrie 2027
10:00–17:00 în fiecare zi, live pe Zoom

Un modul de recapitulare, integrare și aplicare a metodologiei în viața de zi cu zi.

Recapitularea instrumentelor și reperelor din cele șapte module tematice.
Acompaniere relațională între colegi, în cadrul ghidat al formării.

Exersarea ascultării active și a tehnicilor specifice CR®.

Clarificarea întrebărilor și consolidarea încrederii în aplicarea metodei.

Pentru cei care își doresc: pregătirea trecerii către latura profesională.



ÎN PRACTICĂ

Exersăm ascultarea și acompanierea terapeutică între colegi. Integrăm instrumentele în situații cotidiene și explorăm, pentru cei care își doresc, trecerea către latura profesională.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

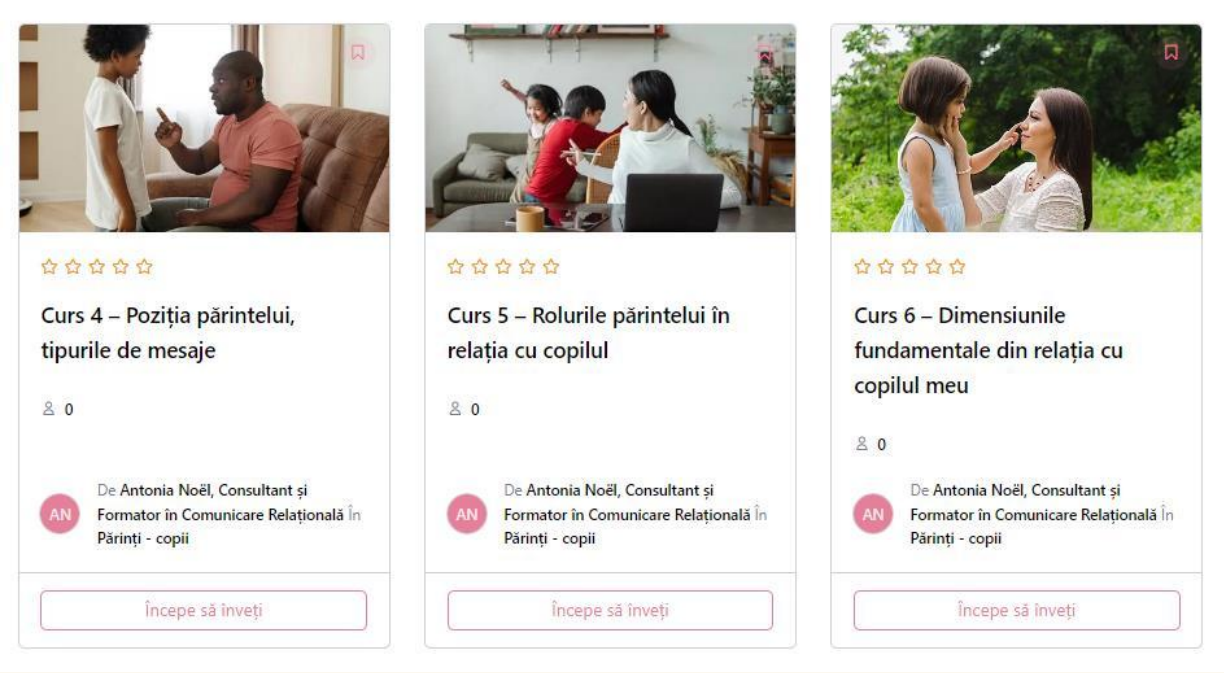
Resurse pe care le reiei în ritmul tău

32 de lecții înregistrate cu acces pe viață, cu exerciții aplicative după fiecare lecție

10 ore suplimentare pe patru axe: relația cu sinele, relația de cuplu, relația părinte-copil și relațiile profesionale.

Exerciții și instrumente aplicabile între module, pentru integrarea în viața cotidiană.

Întrebări și schimb de experiențe în comunitatea ICRAN pe WhatsApp.



© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Calendarul formării 2027

23-25 aprilie	Baze și fundamente	**21 h**
15-16 mai	Relația de cuplu	**14 h**
12-13 iunie	Relația Părinte-Copil	**14 h**
24-25 iulie	Relațiile profesionale	**14 h**
28-29 august	Aprofundare și consolidare	**14 h**
25-26 septembrie	Relația cu propriul corp	**14 h**
16-17 octombrie	Separări, pierderi și dolii	**14 h**
20-21 noiembrie	Supervizare	**14 h**

Toate modulele: online, live pe Zoom, între 10:00 și 17:00.

139 ore = 119 ore în cele 8 module + 10 ore înregistrate + 10 ore individuale.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Rezultatele parcursului, în trei direcții

01 **DEZVOLTAREA COMUNICARII LA NIVEL INDIVIDUAL**
Îți înțelegi mai bine nevoile și reacțiile în fiecare relație. Exersezi ascultarea de sine, exprimarea conștientă și obții relații mai clare cu cei din jur.

02 **INTEGRAREA COMUNICĂRII RELAȚIONALE ÎN MEDIUL PROFESIONAL ACTUAL**
Integrezi CR® în activitatea ta, clarifici rolurile și cererile, abordezi tensiunile și susții cooperarea.

03 **EVOLUȚIA PROFESIONALĂ PRIN SCHIMBAREA CARIEREI**
Poți alege să transmiți mai departe tot ceea ce ai învățat, să transformi la rândul tău parcursul altor oameni, devenind Consilier în Comunicare Relațională®.Vei putea astfel să contribui la devenirea semenilor tăi.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Cuvintele celor care au trăit experiența

Stefania David
2 avis · 1 photo
★★★★★ il y a 4 semaines

Antonia este omul pozitiv, tonic si vivace pe care mi l-as dori in fiecare dimineata in prag, pentru o doza care sa imi ajunga toata ziua. Este omul-parfum, te invaluie si te poarta cu ea intr-o lume unde ai acces la lentile pline de claritate, pentru a te vedea asa cum esti, nu cum ai vrea sa crezi ca esti. Este omul-lumina, iti aduce reflectorul pe ce refuzi sa vezi si este omul-magie, care prin joc si simbolizare, te face sa-ti vezi viata dintr-o alta perspectiva.
Munca cu ea a fost una profunda si clarificatoare pentru mine, iar pentru asta ii multumesc enorm. A fost si este ceea ce am nevoie pentru mine in anumite momente: o oglinda valoroasa si clara.
Multumesc din suflet, Antonia!🙏🤗❤️

Voir la traduction (français)



Madalina Topoloveanu
1 avis
★★★★★ il y a un an

Am ajuns sa am sedinte de consiliere cu Antonia, in cadrul cursurilor de formare Consilieri in Comunicare Relationala®. Am simtit experienta Antoniei in usurinta cu care descalcea fiecare situatie. Parca ii facea o radiografie, cu ajutorul simbolizarii, incat vedeam efectiv ce se intamplase intr-un moment trecut, si ce ramasese pe umerii mei de atunci. Desi mi-a fost greu sa folosesc simbolizarea, am vazut ca functioneaza si ca ma ajuta sa evoc detalii mai profunde, inaccesibile ratiunii. Recomand sedintele de cabinet cu Antonia pentru ca fiecare in parte vine cu o tema pentru acasa, o consitentizare si o oportunitate de a rezolva din probleme. Nu doar vorbim, ci si facem ceva sa vindecam.

ciuvica nick
Local Guide · 6 avis · 30 photos
★★★★★ il y a un an

Pentru a descrie experiența mea cu Antonia și metoda pe care o folosește pot spune așa :
MI-A SCHIMBAT VIAȚA!!!
De la prima terapie și până în momentul de față, a fost și este cea mai frumoasă călătorie "eu cu mine" pe care am avut șansa să o trăiesc. Aici am învățat să mă respect și să mă iubesc, așa cum nu am făcut-o niciodată. Așadar recomandarea mea este să încercați și vă recomand asta din tot sufletul! 🙏

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Cuvintele celor care au trăit experiența

Elena Alexandra Galea
1 avis
★★★★★ il y a un an

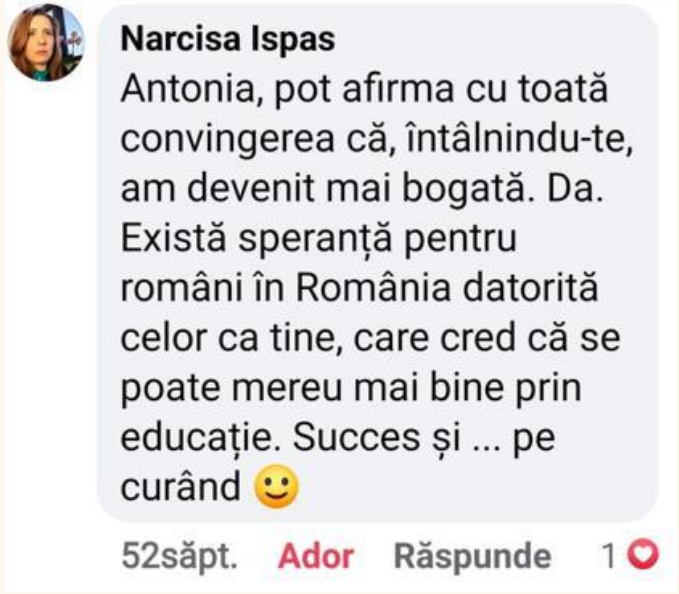
Un loc plin de caldura si de cunoastere. O recomand cu incredere pe Antonia si metoda comunicarii relationale atat din perspectiva de cursant cat si din aceea de client in terapie.

Cora Sanda
2 avis · 11 photos
★★★★★ il y a un an

Experienta mea este una extrem de pozitiva si plina de revelatii. Cu ajutorul Antoniei am reusit sa ma descopar, sa repar relatiile din viata mea, sa lucrez si sa vindec copilul meu interior si sa ajung la cea mai buna varianta a mea.

Georgiana Patrut
1 avis
★★★★★ il y a un an

Experienta mea cu Antonia este una foarte pozitivă din care am avut numai de câștigat. Cu ajutorul ei am început un proces de redescoperie și vindecare a copilului din mine.
Mulțumesc mult Antonia!

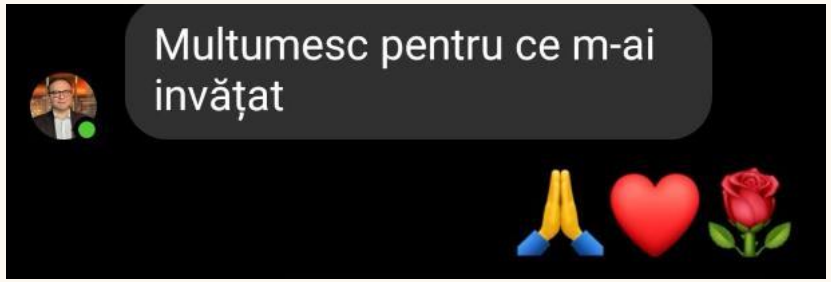


© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Cuvintele celor care au trăit experiența

Anca Zahan
1 avis
★★★★★ il y a un mois

O recomand pe Antonia cu toată încrederea și căldura.E o adevărată profesionistă.Mi-au fost de mare folos atât modulele de comunicare relațională cât și ședințele individuale.

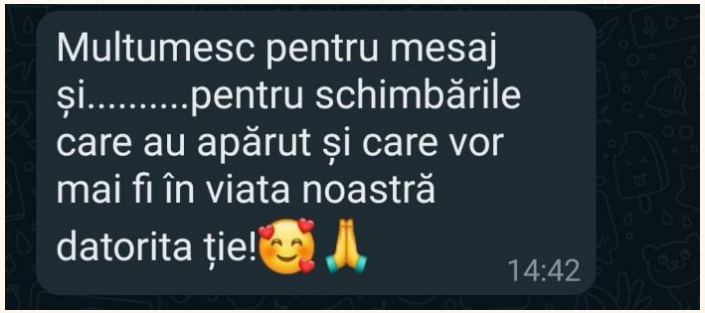


Luminita Cristea
9 sept. 2020 •

Amintiri de acum 7 ani.

Antonia Priana Noël iti mulțumesc pentru cursul interesant de comunicare.

Pentru o mămică singură cum eram eu atunci a fost de ajutor.

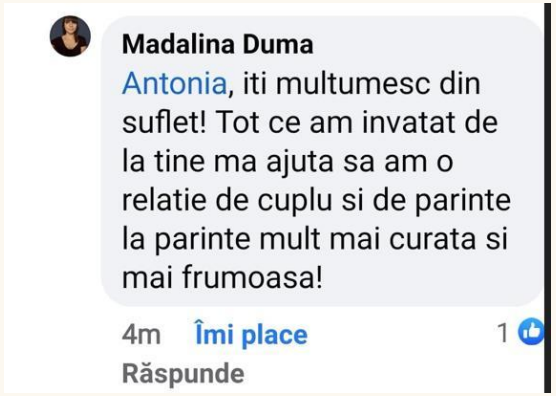


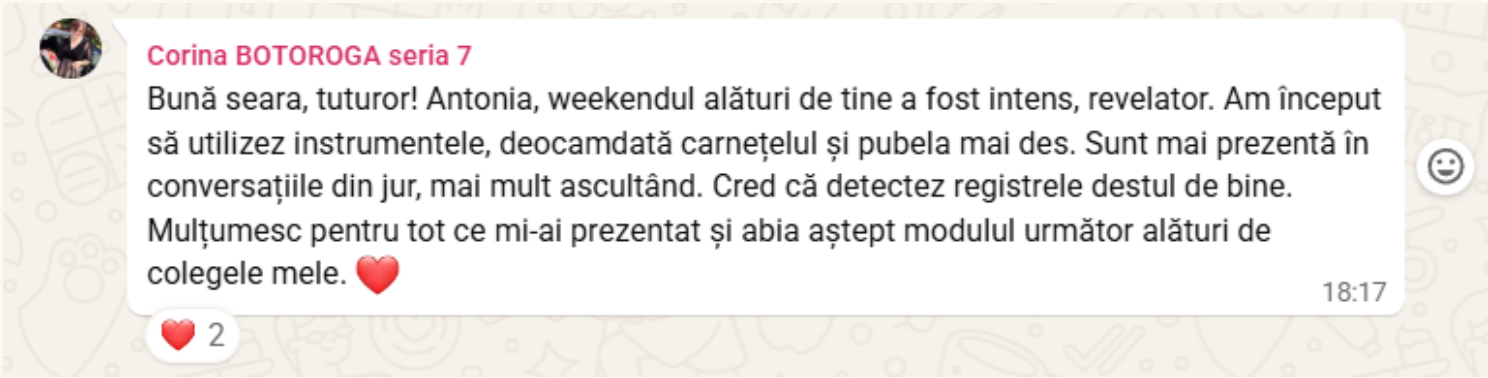
dana fieraru
1 avis
★★★★★ il y a 3 semaines NOUVEAU

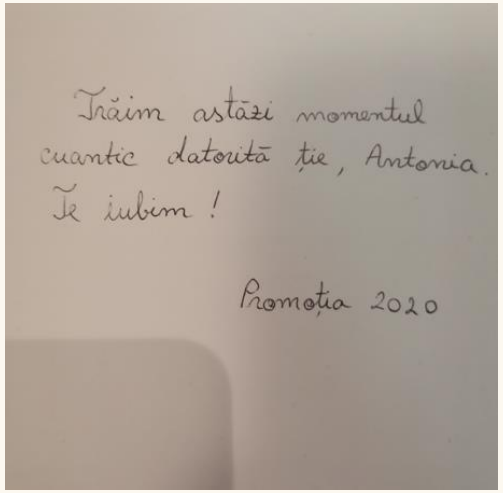
Am lucrat cu Antonia și îmi place să o numesc "înger al păcii cu tine si cu cei din jur". Cu fiecare ședință, am reușit sa mă simt mai împăcată cu mine, să mă înțeleg și mă eliberez de obligații pe care mi le puneam în spate dar care nu-mi aparțineau și toate acestea, nu împotriva celorlalți, ci din contră, în armonie.Multumesc,Antonia!

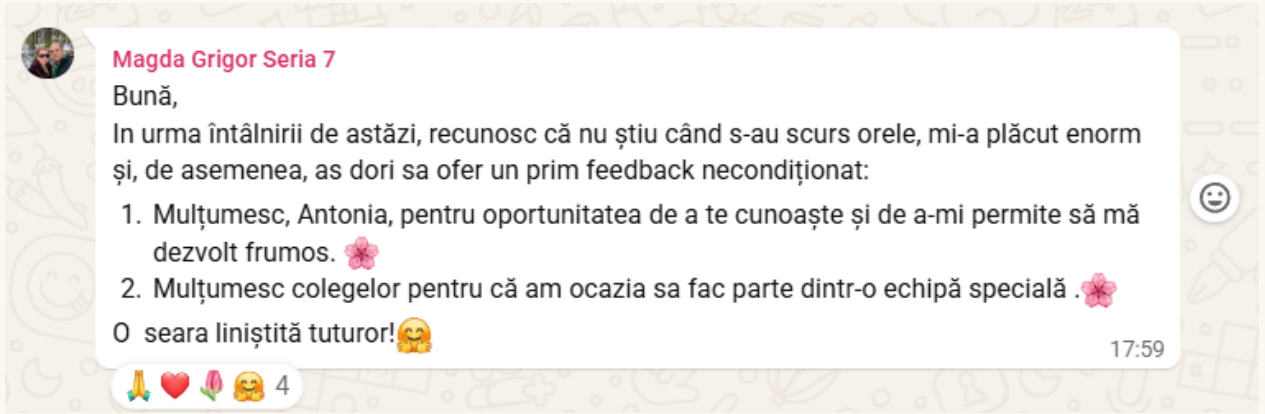
© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Cuvintele celor care au trăit experiența









© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Un cadru de învățare împreună



Întrebări, practică și sprijin între colegi

Integrezi experiența întregului parcurs și exersezi ascultarea prin acompaniere între colegi, în cadrul formării.

© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

PROGRAMUL DE FORMARE ÎN COMUNICAREA RELAȚIONALĂ 2027

CE	Program de Comunicare Relațională®: 8 module, 139 de ore. câte un weekend/lună
CÂND	aprilie - noiembrie 2027, 10:00–17:00 sâmbătă, 10:00–16:00 duminica 23-25 apr. / 15-16 mai / 12-13 iun. / 24-25 iul. / 28-29 aug. / 25-26 sept. / 16-17 oct. / 20-21 nov.
UNDE	Online, live pe Zoom, pentru toate cele 8 module.
CU CINE	Antonia Noël, autoarea metodei CR®, doctorand în Comunicare.
CUM	Module live, exerciții individuale și de grup, 10 ședințe individuale pe parcursul formării în direct cu Antonia Noël, 32 de lecții înregistrate cu acces pe viață (de urmărit în propriul ritm) cu exerciții și comunitatea ICRAN.
DE CE	Pentru o comunicare conștientă, relații mai clare și integrarea CR® în viața ta. Pentru a dobândi o nouă competență în practica profesională (pentru psihologi, consilieri, coachi, educatori) Pentru o transformare profesională, și accesul la o nouă carieră- consilier în Comunicare Relațională®

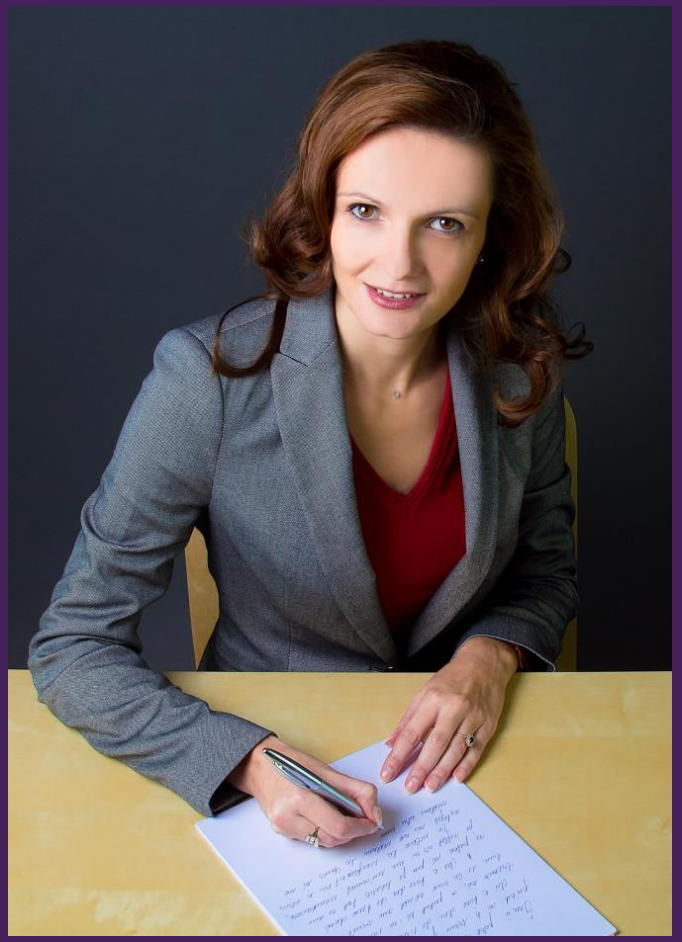
© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Înscriere în programul de formare 2027

O comunicare mai conștientă începe cu tine.

Consultă detaliile de înscriere, investiția și modalitățile de plată pe site-ul programului.

antonianoel.com
institut-comunicare-relationala.ro



© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate

Înscriere în programul de formare 2027

office@antonianoel.com
contact@institut-comunicare-relationala.ro

www.antonianoel.com
institut-comunicare-relationala.ro

+40 0770 144 109



© Antonia Noël · Comunicare Relațională® · Toate drepturile rezervate