

L' ASSOCIATION A MOTS OUVERTS ORGANISE 2 JOURS DE FORMATION / SENSIBILISATION A LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

Objectifs de la formation:

- *Se familiariser avec ses émotions,
- *Apprendre à les reconnaître, identifier les émotions de base,
- *Savoir gérer, accueillir ses propres émotions,
- *Améliorer les compétences relationnelles,
- *Retrouver une vraie communication.

Contenu de la formation:

(Jour 1) Qu'est ce qu'une émotion?

- Fonction, importance de chaque émotion,
 - Importance des sensations pour identifier une émotion,
 - Qu'est-ce qu'une émotion dysfonctionnelle ? Comment la reconnaître ?
- Bilan de la journée.

(Jour 2) Introduction à la communication bienveillante.

- Découvrir le fonctionnement du processus,
 - Clarifier ce qui se passe en nous,
 - Expérimenter l'écoute et l'expression selon le processus, en petit groupe,
- Évaluation de la formation

Public:

Cette formation s'adresse à toute personnes souhaitant mieux comprendre le fonctionnement des émotions, améliorer son écoute et sa communication, dans le cadre professionnel, familial et personnel.

Lieu:

UDAF 143 des Chutes Lavies 13013 Marseille

Dates: Jeudi 1er juillet et vendredi 2 juillet 2021

Horaires: 9 h à 12h et de 13h à 16h(pause repas d'1h)

Tarif:

Le tarif de cette formation (repas non compris).

Institution: 300€uros/personne

Particulier: 140€uros

Prise en charge formation continue: 400€uros

Formation animée par

Chantal Marion Médiatrice Familiale, Praticienne PNL.

Informations complémentaires et inscription

Nom Prénom N° de téléphone Email

Chèque de caution de la totalité au nom de l'association A mots ouverts