

Atelier communication non-violente

Que cela soit dans nos familles, notre couple, nos relations professionnelles, la communication est au centre de tout échange. Par ces ateliers, vous recevrez les outils de base en communication non-violente, ce qui vous permettra de :

Améliorer votre expression verbale et non-verbale :

Vous serez en mesure de vous exprimer clairement et avec confiance, ce qui renforcera vos interactions quotidiennes.

Développer vos compétences de communication :

Vous acquerrez des techniques pour écouter activement et répondre de manière appropriée, améliorant ainsi vos relations interpersonnelles.

Gérer les conflits de manière constructive :


Vous apprendrez à aborder les désaccords avec calme et à trouver des solutions mutuellement bénéfiques.

Établir des relations plus authentiques et plus harmonieuses :

En communiquant de manière ouverte et honnête, vous pourrez créer des liens plus profonds et plus sincères avec les autres.

Communiquer avec assurance et empathie :

Vous serez capable de comprendre et de répondre aux émotions des autres, ce qui favorisera des échanges plus respectueux et compréhensifs.

 17 Si vous êtes intéressé(e), contactez-moi et je vous ajouterai à la liste des participants. Dès 3 participants, je mets en place un atelier via un doodle. L'atelier dure 1h30 et coûte 30.-/personne. 