

STAGE

« Une communication interpersonnelle réussie »

**Vous souhaitez améliorer votre façon de communiquer,
votre façon d'être en relation avec vous-même et avec les autres ?**

Alors, ce stage est fait pour vous !

- ② Définir ensemble quels sont les différents éléments d'une communication constructive et satisfaisante
- ② Acquérir une meilleure connaissance de soi grâce à une compréhension plus spécifique de la communication interpersonnelle
- ② Comprendre le rôle des sentiments et émotions dans la relation à soi, à l'autre pour apprendre à mieux les gérer
- ② Avec des exercices simples et ludiques, prendre conscience de la place de l'écoute dans l'échange
- ② Découvrir les spécificités d'un processus de communication qui permet de créer des relations basées sur plus de clarté et authenticité, ouverture et compréhension.
- ② **... et en même temps**, la possibilité de vivre un moment de partage et de connexion à soi

Animé par Christina FOREST.

Motivée, depuis sa jeunesse, par la compréhension sur le fonctionnement des relations humaines, le travail de Christina est nourri par différentes formations en relations humaines et de ses propres expériences de vie.

Elle se forme à la *Communication NonViolente* de Marshall B. ROSENBERG depuis 2011.

Coût du stage : 95€ par personne

Durée du stage : un jour et demi

Organisé par AIMIR, association pour une meilleure communication interpersonnelle

Pour plus de renseignements et les inscriptions, connaître les prochaines date de ce stage ou si vous souhaitez organiser ce stage dans votre commune, contactez l'association au **07.85.18.65.81** ou **aimir@orange.fr**.

AIMIR

Association
pour une meilleure
communication interpersonnelle