

# Communication constructive et non violente

## Pour fluidifier les relations et gagner en bien-être relationnel



4 ateliers de 3 h  
de 18h30 à 21h30

- **Atelier 1 le 24 Mai 2019** : Savoir diagnostiquer les relations et connaître les fondamentaux de la communication interpersonnelle
- **Atelier 2 le 31 Mai 2019** : Ecouter vraiment avec sa tête et son cœur
- **Atelier 3 le 21 Juin 2019** : S'affirmer avec assertivité et identifier son mode de communication sous stress
- **Atelier 4 le 28 Juin 2019** : Utiliser le processus de résolution de problème et trouver une solution acceptable pour tous

La Maison du Bien-Être de Chambourcy – 73, Grande rue – 78240 Chambourcy

Alexia Dumonceau – Formatrice, Coach et Thérapeute

[www.chrysaleads.com](http://www.chrysaleads.com)

onglet « pour les particuliers / ateliers collectifs »

**Inscription & Infos :**

***Alexia.dumonceau@gmail.com / 06 14 61 30 80***

*200 euros (12 h de formation)*