

ENSEMBLE ET DIFFÉRENTS

Se comprendre en famille

Atelier à destination des adultes qu'ils soient en famille ou en couple

INTENTION :

- Vous aimeriez mieux comprendre le fonctionnement des membres de votre famille, et le vôtre
- Vous souhaitez apprendre à mieux communiquer avec votre famille
- Vous recherchez à harmoniser vos relations

Cette journée vous permettra par la compréhension de votre fonctionnement et ceux de votre famille de créer plus d'apaisement dans vos relations.

PROGRAMME :

Les personnalités différentes peuvent enrichir et/ou créer des tensions au sein de la famille.
Comment créer des relations harmonieuses dans le respect de chacun ?

Cette journée sera axée sur :

- La compréhension des différentes typologies de personnalités
- Les besoins inhérents à chaque individu, y compris les siens
- Les conséquences d'une mécommunication (ne pas arriver à se comprendre)
- Les stratégies pour adapter son mode de communication en fonction d'un fonctionnement autre que le sien
- Comment déjouer les potentiels conflits

EN PRATIQUE :

- Journée entière. 3h le matin et 3h l'après-midi
- Groupe de 6 personnes maximum

Les + :

- Un groupe restreint qui encourage le partage d'expériences
- Une possibilité d'accéder au cycle de Co-développement dédié aux parents et couples
- Des outils pratico pratiques à appliquer

INTERVENANTE : CAROLINE TESSE, Coach professionnel, de santé et sophrologue

Passionnée par le fonctionnement humain, je vous accompagne pour créer votre équilibre intérieur et devenir pleinement acteur de votre mieux-être.

TARIF : 250 euros / personne - Tarif couple : 400 €

