



# " DEVELOPPEMENT PERSONNEL "

FORMATION Animée par Chantal MARION

## Association A MOTS OUVERTS

Cycle de 4 jours: 17/02/12-16/03/12-20/04/12-25/05/2012

### OBJECTIFS

- \*Améliorer les compétences relationnelles,
- \*Découvrir les bases d'une écoute active,
- \*Être plus à l'aise avec ses émotions comme avec celles des autres,
- \*Accompagner autrui en le rendant acteur de sa vie,
- \*Retrouver une vraie communication.

### CONTENU PEDAGOGIQUE

(Jour 1) Écoute active et empathique.

Approche de l'écoute de l'autre et de soi même. Expérimenter l'écoute en petit groupe. Obstacles à la communication. Évaluation de la journée.

(Jour 2) Le regard et les lois de la relation.

Mes besoins dans la relation à l'autre,

Les signes de reconnaissance. Les quatre verbes de la relation, Informations données par le regard. Évaluation de la journée.

(Jour 3) Les émotions

La vie des émotions. A quoi servent les émotions? Comment repérer ses émotions? Le besoin et l'émotion derrière le jugement. Évaluation de la journée.

(Jour 4) L'art du contact

Qu'est ce que la Gestalt? (Fritz Perls). Les croyances dans la relation, L'art du contact. Évaluation de la journée.

Méthode: Alternance de théorie, d'exercices et d'échanges.

Public: Travailleurs sociaux

Lieu: MDJS Place de la Joliette 13002 Marseille

Coût: Particulier: 280€ Association: 400€ Organisme de formation: 600€

Bulletin d'inscription à renvoyer A mots ouverts 1, rue de la Chicanette 30610 SAUVE

A mots ouverts Médiation - Information - Communication

Siret : 44427675200011 N° Formation : 93131184713

[www.amotsouverts.org](http://www.amotsouverts.org)