




## Affirmation de soi et gestion des conflits

### LES OBJECTIFS

- ▶ Améliorer la communication (verbale, para-verbale, non verbale)
- ▶ Développer une écoute active
- ▶ Comprendre l'importance de l'expression des émotions
- ▶ Formuler une demande ou répondre à une demande
- ▶ Apprendre à faire ou recevoir une critique
- ▶ Développer les capacités personnelles et interactionnelles
- ▶ Ouvrir, mener et terminer un dialogue conflictuel de façon constructive

 Centre de Lausanne  
Avenue des Mousquines 4 | CH-1005 Lausanne

 10 participants  
 14 séances  
 Les mardis | 12h00 – 13h45