

# VIVRE DES RELATIONS HEUREUSES EN FAMILLE



**"Parce que l'on n'a rien trouvé de mieux que de se parler, pour se comprendre".**

*Taibi Khaler*

Qui ne s'est jamais dit intérieurement "Si seulement je pouvais comprendre ce qu'il a en tête..."

Quand votre enfant pique une colère parce qu'il ne veut pas finir son assiette, ou quand votre ado vient de claquer la porte sans raison apparente, ou encore quand votre conjoint semble absent et ne répond pas à vos questions,...

Bonne nouvelle : il existe des outils efficaces pour mieux comprendre nos différences et adapter notre communication pour se faire entendre de nos interlocuteurs.

**Bienvenue dans le monde de LA PROCESS COMMUNICATION !**

**ATELIER DECOUVERTE OFFERT**

**AU SOMMAIRE**

- **MIEUX SE COMPRENDRE**
- **MIEUX COMPRENDRE L'AUTRE**
- **AMÉLIORER LA QUALITÉ DE SA COMMUNICATION**

## CONNAÎTRE SA STRUCTURE DE PERSONNALITÉ

Notre personnalité est composée d'un mélange subtil et unique de 6 types de personnalités. En fonction de ce mélange, apparaissent des caractéristiques comportementales, des modes de lecture préférentielle de la réalité, des motivations, des façons de communiquer et des comportements sous stress prévisibles et observables.

Comprendre nos préférences, reconnaître nos besoins et savoir comment y répondre c'est prendre soin de soi et par conséquent être en mesure de mieux gérer son stress.



## COMPRENDRE LE MODE DE FONCTIONNEMENT DE L'AUTRE

Observer les comportements de nos interlocuteurs et identifier leur mode de communication nous permet de nous connecter à eux en évitant les malentendus responsables de stress et de mécommunication.



## ADAPTER SON MODE DE COMMUNICATION

Mieux vous connaître et mieux comprendre l'autre vous permettra de savoir quoi faire et quoi dire pour créer des relations plus solides et respectueuses de chacun.

Parce que notre bien-être dépend en partie de la communication, venez découvrir un **outil simple** et **efficace** qui vous permettra d'améliorer la qualité de vos relations.

**JE VOUS DONNE RENDEZ-VOUS LE 26 JUIN À LA MFR  
D'URVILLE NACQUEVILLE**

2 horaires au choix

- 9h00-12h00
- 14h00-17h00

Je suis à votre écoute pour répondre à toutes vos questions au 06.24.27.32.34