



## Communiquer et Gérer les Conflits avec l'Aïkido Verbal™

### ATELIER UN JOUR :



- 10h00 – 17h30
- 4 à 12 participants
- Tout public
- Aucun prérequis nécessaire
- Tous niveaux confondus

### OBJECTIFS :

- Acquérir la capacité de retrouver une position équilibrée et calme face à la négativité et aux attaques verbales
- Peaufiner son écoute et apprendre à se positionner pour mieux répondre aux besoins

### CONTENU, OUTILS :

- Méthode « Carré » : comment se centrer, + des pistes pour développer son propre centrage
- Entraînement de posture et d'écoute à travers le Stretching Verbal™
- 7 techniques Aïkido Verbal™ : mieux comprendre les autres afin de proposer des issues équilibrées aux échanges
- Mise en pratique et adaptation des outils se basant sur des cas réels de conflit

### ENCADREMENT ET APPROCHE :

L'atelier est paramétré par les besoins des participants. Les apports théoriques sont amenés au rythme du groupe. Les facilitateurs mettent l'accent sur la pratique afin d'assurer une acquisition réelle des techniques.

**TARIF : 100€ / Personne**