

Cultive un « égoïsme écologique »

**Nourris la clarté et l'authenticité dans tes relations
Pose tes limites et tes besoins avec bienveillance**



Coaching de développement personnel en communication

Encadré par un coach certifié RNCP

Pour harmoniser tes relations, affirmer tes limites, exprimer tes demandes...

Pour t'affirmer, prendre ta juste place, et mieux gérer tes émotions

Calendrier	Inscriptions à partir de septembre 2024 Ateliers à partir de novembre 2024
Thème 1	Evalue ton mode relationnel, tes freins et tes attentes Découvre la P.N.L. et la Communication Bienveillante
Thème 2	Analyse les jeux dans tes échanges interpersonnels Décrypte les mécanismes de l'Analyse Transactionnelle
Thème 3	Affirme toi dans ta posture et tes relations Développe ton assertivité : entre passivité et agressivité

Des apports théoriques, des exercices et ateliers pratiques, des temps d'échange

Modalités	90,00 € la journée De 9h00 à 16h00 au Lamentin (97129) Groupe de 6 à 9 participants
------------------	---

Contact & infos	Laure (06 90 29 29 99) passerellecoaching@gmail.com http://www.passerelle-coaching.com
--------------------------------	---

