

## PROGRAMME 2018

### ATELIER 1 Samedi 24 mars 2018

- **Motivation**
- Quelle est ma motivation en venant dans ce groupe ?
- Clarifier ce que j'espère en retirer et ce que je suis prêt à donner
- Charte de fonctionnement
  - **L'élan du cœur**
  - **Quand la communication entrave la bienveillance**
  - **Observer sans évaluer : observation différent d'interprétation**

### ATELIER 2 date à définir

- **Identifier et exprimer ses sentiments**
- **Sentiments différents de « jugements masqués »**
- **Assumer la responsabilité de ses sentiments**

### ATELIER 3 date à définir

- **Les besoins. L'énergie des besoins**
- **Besoins différents de « moyens » « stratégie » « solution »**

### ATELIER 4 date à définir

- **Demander ce qui contribue à notre bien être**
- **Caractéristiques de la demande**
- **Différents type de demandes**

### ATELIER 5 date à définir

- **La danse du dialogue**
- **Ecoute empathique**
- **Aller sur la colline de l'autre**