

<https://eglisealareunion.org/?Oser-parler-sans-peur-ni-agressivite-avec-le-Sedifop>

« Oser parler sans peur ni agressivité » avec le Sedifop

- Archives - Divers -

Date de mise en ligne : mardi 25 février 2014

Copyright © Diocèse de La Réunion - Tous droits réservés

Dans le cadre des formations proposées par le Service diocésain de formation permanente (Sedifop), Marc Thomas anime une session sur le thème « Oser parler sans peur ni agressivité ». Elle se déroulera les mardis 8, 15 et 22 avril 2014 de 18h à 20h à la Maison Diocésaine à Saint-Denis. La formation s'articule autour de trois axes :

- Apprendre à dire :

- - ce que je pense, ce que je ressens, ce dont j'ai besoin
 - ce que je demande, ce que je refuse,
 - sans timidité, sans peur

- Dépasser nos peurs :

- - peur d'être jugé,
 - peur de ne pas savoir ou de ne pas pouvoir dire
 - peur de n'être pas compris
 - peur de déclencher conflits ou violence

- Développer les conditions d'un dialogue de confiance :

- - dans la vie quotidienne
 - en famille
 - dans les relations professionnelles, sociales.

La participation financière est de 10 euros par rencontre.

Renseignements auprès du Sedifop :

- Tel : 02 62 90 78 24
- Courriel : secretariat.sedifop.com