



C P COACHING

Atelier « Au cœur de l'écoute »

Au cours de cet atelier expérimentez les différents niveaux de l'écoute. Apprenez à être à l'écoute de vous-même et approfondissez votre capacité d'écoute de l'Autre.

Par des exercices, des mises en situation, vous apprendrez à être plus conscient et présent dans votre façon d'être à l'écoute.

Grâce à quelques apports théoriques, vous pourrez mieux appréhender ce qu'il se passe dans une relation et comment mieux communiquer.



3 x 2h



120 €