

# AMÉLIORER LA QUALITÉ DE LA RELATION : ET SI J'OSAIS M'AFFIRMER ? 2/2



**ORGANISATEUR :** MAISON RÉGIONALE DE L'ENVIRONNEMENT ET DES SOLIDARITÉS

**THÈME :** LA COMMUNICATION, LA GESTION DES RESSOURCES HUMAINES

 Perfectionnement  Gratuit  3H  Présentielle

## PUBLIC / CONDITIONS D'ACCÈS

Avoir suivi les modules précédents

## DESCRIPTIF DE LA FORMATION

Ce temps s'inscrit dans la programmation des Temps de Qualif' de la MRES.

[Nous vous conseillons vivement de participer au premier temps de formation sur la communication : « Améliorer la qualité de la relation : on expérimente un nouveau langage » du 14/05. S'inscrire]

### Le temps de qualif :

L'intention est d'explorer la question de l'assertivité (oser s'affirmer).

L'assertivité est une façon de s'exprimer et d'exercer son pouvoir, qui permet d'être pleinement soi-même et de faciliter la relation

### Les objectifs :

- 1- Aider les participant·es à clarifier ce qu'est l'assertivité
- 2- Expérimenter des formes de dialogue (écoute et expression) pour développer la conscience de ce qui se joue dans une situation donnée
- 3- Discerner les conditions favorables et obstacles à l'affirmation de soi

### L'intervenante :

Béatrice BOUTIN propose aux structures de prendre part à leurs processus de transformation et de nourrir les processus de coopération. Elle s'appuie sur ses formations en relations humaines et ses activités associatives et professionnelles antérieures avec comme fil conducteur : contribuer à une société plus solidaire et plus durable en prenant soin du vivant.

### Domaines d'expertise :

- Communication interpersonnelle, gestion des tensions et conflits
- Coopération, management participatif
- Intelligence collective, dynamiques participatives

Pour en savoir plus : <https://b-boutin-co-operatrice-de-vos-projets.jimdosite.com/>

**DATE(S) DE LA FORMATION**

**LIEU DE LA FORMATION**

# AMÉLIORER LA QUALITÉ DE LA RELATION : ET SI J'OSAIS M'AFFIRMER ? 2/2



**30 mai 2024**  
17H00-20H00

Nous vous conseillons vivement de participer au premier temps de formation sur la communication : "Améliorer la qualité de la relation : on expérimente un nouveau langage " du 14/05.

5 rue Jules de Vicq  
59000 Lille

## POUR S'INSCRIRE

- 0320521202
- x.galand@mres-asso.fr
- <https://formations-benevoles-hautsdefran...>

## STRUCTURE FORMATRICE

- Maison Régionale de l'Environnement et des Solidarités
- Voir la présentation de cette structure