

Bases de la résolution non-violente des conflits :

**Face à la violence : s'enfuir, rester, foncer !
Oui, mais comment !?**

samedi 29 octobre 2016 de 8h15 à 17h

à la Maison de paroisse de Saint-Jean (avenue de Cour 138) à Lausanne

Enjeux :

Le conflit fait partie de la vie ; il est possible de le percevoir comme une opportunité de changement, de compréhension mutuelle et d'amélioration de la relation.

Cette journée pour explorer et expérimenter la manière de donner un rôle positif au conflit et les possibilités d'en sortir, afin de gagner en sérénité.

Contenu :

- poser quelques notions de base de la communication non violente
- apprendre à se mettre à l'écoute de nos réactions physiques dans les différents types de conflit
- mettre en évidence nos attitudes possibles face au conflit
- définir le conflit et ses fonctions
- préciser les différents types de conflits internes et externes
- explorer opportunités qu'ouvre le conflit
- distinguer la personne impliquée de l'objet du différent
- s'initier aux outils de la communication non violente

Equipe de préparation et d'animation : Marina Castro, Marc Dunant, Nadia Schaller, Claudia Scheder.

1er septembre 2016