

GESTION POSITIVE DES CONFLITS INTERPERSONNELS ET PREVENTION DE LA VIOLENCE

SPECIAL JEUNES ET ADOS

Intervenant

Par Jean-Louis Palamini

Jean-Louis Palamini

- ✓ Certifié en *Gestion positive des conflits interpersonnels et de Prévention de la violence* (Université de Paix de Namur)
- ✓ Diplômé en *Arts Martiaux Japonais* (ceinture noire 2ème Dan en Aikido)
- ✓ Certifié en *Sophrologie Sociale et Techniques avancées de communication*
- ✓ Thérapeute spécialisé en *Techniques Psychocorporelles et comportementales.*

Votre enfant a entre *12 et 20 ans*. Il est (ou craint d'être) *confronté à la violence*. Vous souhaitez l'aider à acquérir des *outils* qui lui permettront de *mieux vivre un conflit*, de se *protéger*, de *se faire respecter*, de *négoier* efficacement, d'apprendre en cas d'urgence, les gestes et les *attitudes d'apaisement*.



Module de 2 jours
A Paris et en province
(Dates à déterminer. Me contacter si ce stage vous intéresse)

Pour tout renseignement, contacter :
Jean-Louis PALAMINI 06 03 96 57 45

PROGRAMME

Objectifs

- Découvrir les *causes* du *conflit* et de la *violence*
- Découvrir la part de *responsabilité de chacun*
- Découvrir des *outils efficaces* pour *canaliser ma violence* et celle de l'autre
- Trouver des *pistes* pour *désamorcer* le conflit et la violence
- Acquérir des *compétences* pour devenir une personne sur qui on peut *compter*
- *Développer* les bonnes *aptitudes* pour négocier de manière *pacifique* et résoudre les conflits
- Exercer son esprit de *créativité* face à des situations difficiles
- Découvrir et développer en soi des *ressources psychiques insoupçonnées*

Contenu

- Etude des principaux *éléments de psychologie fondamentale* en relation avec les conflits et la violence chez les *jeunes*.
- Eléments majeurs de *communication pacifique*. Apprendre à *écouter* et à être écouté. Importance *du langage non verbal*.
- Techniques de *relaxation* pour gérer le *stress* et la *peur*
- Techniques *psycho-comportementales d'urgence*, inspirées des Arts Martiaux tel l'Aïkido
- *Jeux de coopération, jeux de rôle, mises en situation*.

