



AMANESER

POȚI FACE DIN VIAȚA TA UN RĂSĂRIT ETERN

Vindecarea relațiilor interpersonale prin comunicare

Training de Comunicare Relatională

Metoda ESPERE[®] - Managementul Comunicării și al Relațiilor Interpersonale

Cum sa vindecam relatiile esentiale din viata noastra de lupta pentru dominare, reprosurii, critici, culpabilizare, dependenta, suferinta?

«**Ne intelegem bine**» Rostim adeseori aceste cuvinte pentru a spune ca intr-o relatie anume, in cea mai mare a timpului, avem pareri si simtaminte similare cu celalalt. Iar chiar daca nu se intampla acest lucru, reusim cumva sa gasim o cale de intelegere. Cand insa ne confruntam cu situatii in care nu mai avem aceleasi drumuri in viata si nu mai gasim usor calea de mijloc, conflictele apar tot mai des. Cum facem atunci "sa ne intelegem bine"? Scopul acestui curs este sa va ajute sa va raspundeti la aceasta intrebare si sa identificati modalitati de a dezvolta relatii armonioase atat cu cei din jur cat si cu sine.

Tematica training-ului:

Ce inseamna comunicare relationala?

- Metoda de comunicare interpersonala ESPERE[®]
 - concepte structurante pentru a dezvolta o relatie vie
 - cum sa echilibram dinamica unei relatii: a cere - a da - a primi - a refuza
 - cum sa intelegem comportamentele ca limbaje
 - cum sa trecem de la frica la dorinta
 - instrumente de lucru: bastonul cuvintului, esarfa relationala, vizualizarea externa, simbolizarea, actualizarea, confirmarea
 - reguli de igiena relationala
 - principii relationale de baza : reponsabilitatea pentru capatul propriu de relatie
 - registrele comunicarii; cum sa-l ascultam pe celalalt in registrul corect



AMANESER

POȚI FACE DIN VIAȚA TA UN RĂSĂRIT ETERN

Ce ne împiedică să comunicăm cu noi înșine și cu cei din jur?

- Sistemul SAPPE : amenințarea, șantajul, culpabilizarea, devalorizarea, descalificarea și "trebuie"
- Menținerea relației de tip dominare-supunere
- Rănile arhaice care se formează în prima parte a vieții: rana de respingere, rana de abandon, rana de nesiguranta, rana de nedreptate, rana de umilire, rana de neputință, rana de trădare
- Terorismul relational

Cum putem cultiva relații vii în viața noastră?

- Modele de relație: de tip infantil și închis ; de tip creativ și deschis
- Relații cu aporturi pozitive și relații cu aporturi negative
- Cum îngrijim o relație ?
- Cele 5 mari dinamici relationale
- Posibila evoluție a unei relații nesatisfăcătoare



Moderator: Aleth NAQUET este președinta Institutului ESPERE din Paris. Aleth Naquet este psiholog clinic, având un DESS în psihologie clinică și psihopatologie la Universitatea din Paris. A fost formată personal de către Jacques Salomé. Inițial, Aleth a integrat comunicarea relațională în practica sa psihoterapeutică. Din 1996, este formator și moderator în relații interumane. Aleth s-a afirmat ca formator în metoda ESPERE în cadrul centrului ADRES, fondat de ea în Paris. În prezent este trainer și consultant pentru instituții și firme, în domeniul comunicării și al relațiilor interpersonale folosind Metoda de comunicare ESPERE®.

Atestare internațională: Programul de training se finalizează cu obținerea atestatului de participare eliberat de Centrul ADRES (Franța), în colaborare cu Centrul de Dezvoltare Personală Amaneser (România). Centrul ADRES este instituția abilitată de Institutul ESPERE să deruleze programele de training și de formare în Metoda ESPERE.



AMANESER

POȚI FACE DIN VIAȚA TA UN RĂSĂRIT ETERN

Organizatori: Centrul de Dezvoltare Personală Amaneser (România) și Centrul Adres (Franta) - abilitat de Institutul ESPERE să deruleze programul de formare în metoda de comunicare ESPERE® în România.

Date: 14-16 februarie 2009 (3 zile - pentru publicul larg) și 14-19 februarie 2009 (6 zile - pentru persoanele înscrise în Programul de Formare în metoda ESPERE®)

Locație: Va va fi anunțată cu o săptămână înainte

Investiția dumneavoastră:

3 zile: 250 euro (TVA inclus)

6 zile: 470 euro (TVA inclus)

Facilitate de plată: plată esalonată (2-3 rate); oferim informații suplimentare la cerere

Pachet de servicii incluse:

- training
- suport de curs
- traducere (română - franceză, franceză - română) pe durata întregului program
- două pauze de cafea

Modalități de plată:

- direct, la sediul nostru din București, str. Matei Basarab, nr. 104, bl. 72, sc. 3, et. 5, ap. 88, interfon 88C, sector 3

sau

- prin virament bancar/mandat poștal, pentru **AMANESER SRL** într-unul dintre conturile:

RO35 BACX 0000 0030 1529 6000 deschis la Unicredit Țiriac Bank, Sucursala Norilor

RO35 PIRB 4219 7105 3000 1000 deschis la Piraeus Bank, Sucursala Dristor

CUI: 13726308

- vă rugăm să menționați numele dvs. și curs ESPERE

Suma se achită în **LEI**, la cursul **B.N.R.** din ziua efectuării plății.



AMANESER

POȚI FACE DIN VIAȚA TA UN RĂSĂRIT ETERN

Pentru înscriere este necesar sa:

- completați și trimiteți **formularul de înscriere semnat** pana la data de **30 ianuarie 2009**
- achitați contravaloarea **taxei de participare** pana la data de **6 februarie 2009**
- trimiteți copia instrumentului de plată utilizat prin fax - vă rugăm să scrieți curs ESPERE și numele dvs.

Important:

- completarea formularului de inscriere asigura doar rezervarea locului
- participarea este conditionata de achitarea taxei de participare pana la data stabilita de organizator
- inscrierea va fi validata in ordinea cronologica a primirii formularelor de inscriere si a copiilor dupa instrumentele de plata

Contact:

Pentru alte informații și înscriere vă rugăm să ne contactați la:

- Telefon/Fax: **021 327 54 45**
- Telefon mobil: **0724 239 902 (Claudia Jimeno Beltran)**
- E-mail: amaneser@amaneser.ro