

Des clés pour une cohabitation harmonieuse

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Identifier les principales difficultés de la cohabitation.
- Mettre en relief trois clés pour une cohabitation saine, responsable, positive et créative :
 - Partager des valeurs
 - Se maintenir en relation
 - Vouloir et opter pour une cohabitation harmonieuse.

CONTENU DE LA FORMATION

- *Les difficultés de la cohabitation*
- *Quelques clés pour une saine cohabitation*
- *Bilan*

CADRE PÉDAGOGIQUE

La formation est donnée en groupe. Des questions invitent chaque participant.e à observer, dans sa propre vie, le thème traité et à décrire son vécu. Ce temps personnel d'analyse guidée est suivi de partages libres, sans entrer en discussion. Le travail en groupe permet de s'enrichir de la diversité des expériences.

CONDITIONS DE PARTICIPATION

Cette formation s'adresse à toute personne adulte qui cohabite avec d'autres que ce soit en couple, en famille ou en communauté. Cette formation n'est pas conseillée aux personnes fortement perturbées ou en psychothérapie, sauf avis favorable de leur psychothérapeute.