Améliorer ses capacités relationnelles

avec Yves Jaques

à L'Eau Vive Provence

13-15 mars 2026

"Fatigué des malentendus et des conflits ? Découvrez comment améliorer vos relations. Ce séminaire vous donnera des clés pour mieux vous comprendre, communiquer efficacement et bâtir des liens plus forts avec vos proches. Apprenez à transformer vos émotions en forces et à créer des relations harmonieuses."

Comprendre nos réactions et nos émotions

Combien de fois nos réactions nous surprennent ! Elles sont disproportionnées par rapport à l'événement, elles semblent nous dominer et donnent l'impression qu'elles ne peuvent être changées !... Derrière toute réaction, il y a une pensée. L'outil de "L'ABCD d'une émotion" nous apprends à mieux gérer des situations futures.

Communiquer c'est savoir écouter

Une bonne écoute représente 80% de notre communication. La qualité de ma réponse sera à la hauteur de mon écoute...
Des exposés et des ateliers seront proposés pour :

- développer une bonne capacité d'écoute
- connaître les barrières invisibles da la communication
- s'exercer à l'art de la question
- discerner à qui appartient le problème

Oser dire

Oser dire ce que je pense ou ressens n'est pas facile et pourtant nécessaire à toute relation saine.
Il est donc essentiel de :

- s'exercer à l'art de la confrontation
- verbaliser son ressenti dans un dialogue

Le formateur Yves Jaques

Yves Jaques s'est spécialisé dans le thème "Comment améliorer ses capacités relationnelles". Il a formé des personnes dans sa spécialité durant plus de 40 ans. Il s'est enrichi également par une formation en coaching. Son parcours de vie varié avec une expérience interculturelles lui donne une profondeur qui s'exprime dans son enseignement.

Son épouse qui l'assiste est appréciée par sa personnalité complémentaire..

A qui s'adresse le séminaire ?
A toute personne qui désire développer des relations saines.
Des exercices pratiques avec des exemples personnels vous permettront d'acquérir un savoir faire, et un savoir être qui feront une différence dans votre vie.

Prix PAR PERSONNE
190€ comprenant la formation, les 3 repas et l'hébergement : chambre 2 personnes, draps et serviettes compris / 219€ en chambre seule (nombre limité).
145€ sans hébergement sur place & petit déjeuner

Horaires des formations
Vendredi : 19h30-22h.
Accueil possible à partir de 16h00 (Il est possible de s'inscrire pour le repas de vendredi soir sur place (16€) ou d'apporter son propre pique-nique

Samedi : 9h-12h | 14h30-18h30 | 20h30-22h

Dimanche : 9h-12h | 13h30-15h30

Options à indiquer lors de l'inscription
Repas du vendredi soir (16€)
Transport de la gare TGV/aéroport (15€ par trajet)
Régimes alimentaires particuliers – nous contacter

Co Voiturage
Covoiturage pour votre événement : Séminaire Yves Jaques 2026 (togetzer.com)

L'Eau Vive Provence
818 Chemin de la Lecque 13122 Ventabren
info@eauviveprovence.com
Tel 04 42 28 80 41 / 07 81 33 03 09