



Date : 21/03/2019

Pages : 188

Format cm : 15 x 21

Prix : 12.0

EAN : 9782212571547

## Sortir des conflits

Comprendre, gérer et transformer les affrontements en épisodes constructifs

---

Auteur: Christophe Carré

Éditeur : Eyrolles

Domaine : Livre pratique

Genres : Santé/bien-être/développement personnel

Mots-Clés : Dispute - Dialogue - Exercices - Profilage

---

Anticiper, décrypter, désamorcer et résoudre les conflits.

Le conflit fait partie de la vie. Au quotidien, nous éprouvons des difficultés relationnelles : maladresses, malentendus, désaccords, oppositions sans conséquence ou hostilités violentes... Souvent, nous avons peur et les comportements que nous adoptons ne font qu'envenimer les choses. Pourquoi entrons-nous en conflit ? Quels outils de dialogue privilégier ? Comment communiquer de façon consciente ?

Cet ouvrage répond à toutes ces questions pour vous aider à résoudre les différentes formes de conflits et à en sortir grandis. Exemples et exercices à l'appui, vous découvrirez comment aborder sereinement toutes les situations.

---

Ventes en France: 17 000 exemplaires

Adaptations: Livre audio