

# assertivité

## ASSERTIVITÉ

Depuis maintes années nous offrons à l'Ecole du Dragon Paisible un entraînement au comportement assertif.

Un DVD illustrant ce travail est disponible, il peut être utile pour stimuler l'"*empowerment*"...l'autonomisation, l'émancipation de la personne.

---

### Les Principes

- Développer la perception
- Agir précisément
- Aborder des techniques d'adaptation
- Adopter et/ou changer des comportements