Cohérences
des Projets et des Hommes

V.2021.09

Améliorer sa capacité relationnelle : un défi au quotidien – Niveau I

Public

Tout public

Prérequis

Aucun

Durée

6 jours, soit 39 heures

Dates et lieu

4-5 novembre, 23-34 novembre, 7-8 décembre 2027 à Niort
Date limite d'inscription : 4 octobre 2027

Nombre de stagiaires

4 personnes minimum- 12 personnes maximum

Coût pédagogique

2 340 € nets de taxes par personne

Intervenante

Marie-Line BAUDRON

Objectifs pédagogiques

Mieux se connaître, comprendre son fonctionnement et celui des autres afin de mieux communiquer
Acquérir des capacités de gestion émotionnelle, relationnelle et de dynamique de groupe
Savoir mettre en œuvre dans sa relation avec les autres une parole consistante, opérante et juste
Reconnaître, accepter ses limites et ses potentiels dans la réalité de sa place professionnelle

Méthodes pédagogiques

Apports théoriques illustrés d'exemples
Travail sur les présentations
Exercices d'intégrations et d'échanges
Analyse de cas concrets

Améliorer sa capacité relationnelle : un défi au quotidien – Niveau I

Modalités d'évaluation

Test d'autopositionnement avant et après la formation
Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation
Certificat de réalisation et attestation de formation individuels délivrés après la formation

Contenu

- ✓ Les différentes logiques existentielles (ensemble de croyances qui déterminent et interfèrent dans notre rapport à nous-même, aux autres et aux situations)
  - Repérage et compréhension de leur dynamique dans les processus relationnels
  - La logique de domination et de contrôle
  - La logique d'étayage d'estime de soi
  - La logique d'impuissance/toute puissance

- ✓ Les comportements aliénants
  - Définition, description et conséquences
  - Savoir les identifier et les déjouer

- ✓ L'immaturité affective et ses attentes illusoires dans la relation

- ✓ Toute puissance imaginaire/impuissance manifeste

- ✓ Intégration et mise en acte des injonctions inconscientes dans la relation

- ✓ Différences dans une pratique professionnelle entre
  - Empathie et symbiose
  - Protection et distance
  - Contenance et agressivité
  - Structure et rigidité
  - Soutien et complaisance

Indicateurs de résultats

8 groupes depuis 2011 – 45 personnes formées
86% des stagiaires se disent très satisfaits de la formation et 14% sont satisfaits