Cohérences
des Projets et des Hommes

V.2021.10

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

Public

Tout public

Prérequis

Avoir suivi la formation « Exister dans sa communication : un défi au quotidien - Niveau I »

Durée

4 jours, soit 26 heures

Dates et lieu

5-6 et 19-20 octobre 2027 à Niort – Date limite d'inscription : 6 septembre 2027

Nombre de stagiaires

4 personnes minimum et 12 personnes maximum

Coût pédagogique

1 560 € nets de taxes par personne

Intervenante

Marie-Line BAUDRON

Objectifs pédagogiques

Comprendre les processus de base du fonctionnement humain afin d'améliorer sa capacité relationnelle et de mieux gérer ses émotions
Acquérir des possibilités d'ouvertures, de communication pour instaurer un climat dynamique de confiance et de coopération
Aborder et comprendre son fonctionnement émotionnel pour mieux le gérer
Apprendre des techniques de mise à distance et relativisateur des situations difficiles

Méthodes pédagogiques

Apports théoriques illustrés d'exemples
Travail sur les représentations
Exercices d'intégration – Analyse de cas concrets

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

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

Contenu

- ✓ Le cercle Psycho-Organique de Paul Boyesen
- ✓ Modèle phénomènologique du comportement
  - Le besoin, l'accumulation, l'identité, la capacité d'affirmation, la capacité imaginaire, le concept, la mise en œuvre ou l'agir, l'émotion, l'orgonomie

- ✓ Les émotions
  - Processus psychologiques et psycho-organiques de l'émotion
  - Différenciation sentiments / émotions
  - Les émotions parasites
  - Les émotions élastiques
  - Le déstockage massif émotionnel

- ✓ Les comportements contraignants
  - Mini-scénario, repérage, analyse, modalités d'intervention

- ✓ Techniques de mise à distance
  - Dissociation simple ou double, auto-ancrage
  - Désaffectation rétroactive d'une situation stressante

Indicateurs de résultats

5 groupes en inter depuis 2012 – 26 personnes formées
100% des stagiaires sont très satisfaits de la formation