



DECODER LES DYNAMIQUES RELATIONNELLES ET CRÉER DES PLANS D'ACTION

Finalités de la formation

Les dynamiques relationnelles créent des émotions, harmonieuses ou disharmonieuses. En repérant la teneur des relations, nous pouvons en changer la dynamique.

Vous aiderez ainsi vos clients à prendre conscience de leur manière de fonctionner dans leurs relations, afin qu'ils puissent se positionner autrement, et ainsi, générer d'avantage de paix et de créativité avec leurs interlocuteurs.

Cette formation fait partie de l'acquisition de compétences en relation avec le consulting en bien-être émotionnel. Elle peut aussi être suivie indépendamment.

OBJECTIFS

En suivant cette formation, vous saurez :

- Repérer comment une dynamique relationnelle fonctionne, à partir des valeurs et de son état d'esprit, et comprendre les différents types de relations qui sous-tendent la création d'une disharmonie relationnelle
- Animer différents tests afin que vos clients puissent repérer leur propre dynamique relationnelle
- Les orienter pour qu'ils puissent développer des dynamiques relationnelles saines en fonction de leurs besoins initiaux

PREREQUIS

– Être dans une activité professionnelle en relation avec l'accompagnement, la formation, ou la relation d'aide

DUREE : 4 jours

METHODES PEDAGOGIQUES

Apports conceptuels – Échanges entre les participants – Exercices pratiques - Études de cas - Jeux de rôles - Tests - Vidéos

FORMATRICES

- **Patricia PENOT** : Directrice de Formation. Consultante en apaisement émotionnelle. Sophrologue Humaniste Expert. Formée à 3 niveaux en Analyse Transactionnelle. Consultante en Entreprise
- **Judith DUMAS** : Sophrologue Humaniste Expert. Sophro-analyste. Praticienne de la Relation d'Aide. Spécialisée en éducation émotionnelle. Chargée de cours à SUP des RH sur les cursus Bachelor et Master

TARIF PARTICULIERS : 748 euros

Participants : 4 minimum, 12 maximum

TARIF ENTREPRISE : 848 euros pour frais de gestion administrative

DATE : En téléformation en présence des formatrices

- **Session Novembre 2021** : 23 au 26 novembre 2021

PARCOURS PEDAGOGIQUE

- Repérer comment une dynamique relationnelle fonctionne, à partir des valeurs et de l'état d'esprit, et comprendre les différents types de relations qui sous-tendent la création d'une disharmonie relationnelle
 - Le système des valeurs : définition et objet d'étude. La théorie des valeurs universelles de Shalom Schwartz. La formation des valeurs personnelles. Exercice pratique
 - La relation entre valeurs et émotions
 - Les 4 piliers d'une dynamique relationnelle saine
 - Les relations parallèles, croisées et cachées
 - L'utilisation des émotions dans la dynamique relationnelle : rackets, timbres et authentiques
 - Éléments de psychologie sociale : Préjugés, discrimination et stéréotypes. L'influence sociale. La facilitation sociale.
 - Etudes de cas concrets



Contactez-nous !

- Animer différents tests afin que vos clients puissent repérer leur propre dynamique relationnelle
 - L'Egogramme
 - Le Repérage des valeurs
 - Les Positions de vie
 - L'Empathie
- Les orienter pour qu'ils puissent développer des dynamiques relationnelles saines en fonction de leurs besoins
 - Le Triangle de Karpman. Sortir de la dynamique persécuteur - victime – sauveur
 - Sortir des positions de vie négatives pour aller vers une position de vie gagnant/gagnant
 - L'empathie au cœur des relations humaines
 - La posture de communication relationnelle saine – la Vesica Pisis

*** Pour évaluer les acquisitions et valider ce parcours pédagogique, vous aurez à présenter :**

- Des quiz de connaissances
- Une auto-appréciation des compétences validée par la formatrice

Document délivré à la fin du parcours pédagogique : une attestation de formation «Décoder les dynamiques relationnelles et concevoir des plans d'action », informant de la validation ou non des compétences acquises.

MODALITES D'INSCRIPTION

Pour s'inscrire à la formation, la procédure est la suivante, à réaliser **au minimum 1 mois avant le début de formation** :

- Rendez-vous sur notre site Internet, dans la rubrique « Pour vous inscrire à une formation », et envoyez-nous le formulaire de renseignements, afin de valider les prérequis. Vous serez informé de l'acceptation de votre candidature par email.
- Une fiche d'inscription électronique vous sera alors adressée. Une fois que vous nous l'avez retournée, votre place est réservée. Vous avez un délai de rétraction de 10 jours après la date d'envoi de votre fiche d'inscription.
- Nous établissons un contrat de formation, ou une convention de formation si votre parcours pédagogique est pris en charge par une entreprise, en 2 exemplaires, dont un sera à nous retourner signé avec un chèque d'acompte de 30% du montant de la formation.

Le coût de la formation comprend l'animation des journées de formation, les manuels et fiches techniques de formation. Les horaires de formation débutent à 9h30 jusqu'à 18h30.

Accessibilité aux personnes à mobilité réduite : nous contacter pour définir les modalités.

NOS « PLUS »

- Un petit nombre de participants (de 4 à 12)
- La possibilité de suivre cette formation téléformation