



# Sous l'intensité de l'émotion, trouvez nos besoins bafoués...

« Grandir c'est fabriquer des premières fois ... »  
ALDEBERT chanteur

Cette formation s'adresse à tous les professionnels désirant réfléchir sur leurs attitudes en entretiens avec des familles ou des personnes seules.

Pendant ces interactions, il peut arriver que des « invités surprise émotionnels » nous parasitent, voire nous envahissent, d'où la citation : « La lucidité est la blessure la plus proche du soleil »

René CHAR

## OBJECTIFS

- Pouvoir se connecter en soi même, avec les premières manifestations corporelles ressenties. Ceci pour pouvoir réagir face à ses « visiteurs » encombrants.
- Regarder l'émotion comme un « signal » pouvant nous informer sur nos besoins menacés ou ignorés.



### DURÉE

2 sessions de 2 jours  
28 h



### COÛT

600 €



### LIEU

Dijon



### DATES 2020

26 . 27 mars  
18 . 19 juin

Référent formation

Patrick TSCHIRHART

## PROGRAMME

Ce stage est le niveau II du stage : « résonances familiales », mais peut être fait de façon indépendante. Les concepts utilisés sont ceux de l'école communicationnelle de Palo-Alto, des courants dits « stratégiques » et de « pleine conscience ».

Un panorama des émotions primaires est proposé, pour déceler ses propres besoins méconnus. Ceci pour arriver à une compréhension de ses sensibilités, prenant origine dans nos rôles générationnels et nos valeurs familiales. Valeurs façonnant nos réactions comportementales, nos attitudes actuelles.

Cette formation fonctionne mieux avec une implication personnelle : comme une décision d'ouvrir notre « boîte » aux émotions.

## MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Jeux de rôles, verbaux, non verbaux ou métaphoriques, exercices écrits individuellement et repris en groupe, génogramme spéculaire.

## PERSONNES CONCERNÉES

Professionnels désirant réfléchir sur ses attitudes en entretien.