

Pour optimiser vos communications et relations au travail.

Aimeriez-vous comprendre pourquoi certaines de vos relations interpersonnelles sont insatisfaisantes? Voici une occasion de connaître les systèmes relationnels*!

À travers cette animation riche, dynamique et haute en couleurs, découvrez les stratégies de communication et gagnez de la santé dans vos relations!

* Inspiré de l'ouvrage "Relation d'aide et Amour de soi" de Colette Portelance. Éditions du CRAM.

CONFÉRENCIÈRES



Carolann Grilli
Orthopédagogue
et comédienne

Après avoir oeuvré pendant 10 ans comme enseignante au secondaire auprès de jeunes en difficulté, Carolann réoriente sa carrière pour devenir comédienne. Membre de l'Union des Artistes, elle oeuvre dans le domaine du théâtre et du cinéma depuis septembre 2000. Elle détient une maîtrise en enseignement spécialisé et un bac en adaptation scolaire. Elle a à son actif diverses formations en arts dramatiques et plusieurs formations connexes en lien avec la communication interpersonnelle et les relations humaines.



Johanne Bragoli
Psychothérapeute
et conférencière

Johanne possède plus de 22 ans d'expérience en relation d'aide comme éducatrice spécialisée et psychothérapeute. Dans sa pratique, elle offre des services de psychothérapie individuelle, relationnelle, du support parental, anime des ateliers de croissance personnelle et des conférences sur mesure. Elle possède un diplôme d'études supérieures avancées en relation d'aide, est rédactrice d'un mémoire sur « Le complexe d'infériorité », et est détentrice d'un certificat en intervention psychosociale. Elle a à son actif plusieurs formations connexes en lien avec la communication interpersonnelle et les relations humaines.

OBJECTIFS DU SÉMINAIRE

 Cette journée vous permettra de :

- ▶ **comprendre** les modes de communication qui génèrent des tensions ou des insatisfactions au sein de votre équipe de travail
- ▶ **prendre conscience** de l'impact des systèmes relationnels (SR) sur la dynamique d'équipe et sur la productivité
- ▶ **acquérir** de nouvelles connaissances, outils, stratégies et solutions pour améliorer vos communications interpersonnelles
- ▶ **gagner de la confiance** pour gérer vos conflits sans en générer d'autres

CONTENU ET BÉNÉFICES

 Au terme de l'atelier, vous serez en mesure de répondre aux questions suivantes :

- ▶ Qu'est ce qu'un système relationnel et quelles sont ses particularités, pourquoi et comment il se manifeste ?
- ▶ Comment se développe le fonctionnement psychique d'un individu ?
- ▶ Quels sont les éléments à la base des fonctionnements psychiques insatisfaisants et satisfaisants de l'être humain ?
- ▶ Quelles sont les stratégies et solutions permettant de transformer les systèmes relationnels infructueux en relations satisfaisantes ?
- ▶ Comment puis-je reconnaître que je suis sous l'emprise d'un système relationnel dysfonctionnel ?

Une activité pour vivre une expérience unique et pour vous connecter avec votre propre dynamique relationnelle et avec celle de vos collaborateurs. Une occasion de perfectionner vos habiletés de communication, dans une ambiance de plaisir et de bonne humeur.

APPROCHE PÉDAGOGIQUE À partir de concepts théoriques, de jeux de rôle, d'exercices pratiques, de questionnaires de réflexion et d'une mise en pratique des enseignements reçus, les animatrices, privilégiant votre implication et votre participation active, vous présenteront les huit systèmes relationnels suivants :

Bourreau / Victime	Inférieur / Supérieur
Manipulateur / Manipulé	Envahisseur / Envahi
Sauveur / Protégé	Abandonnique / Déserteur
Juge / Coupable	Dominateur / Dominé

Pour réservation