

Les frontières dans les relations humaines

6 jours 36 heures

Programme de formation

Public visé

Professionnels de la relation d'aide, Managers, Coachs Professionnels, etc.

Pré-requis

Aucun.

Objectifs pédagogiques

Comprendre le fonctionnement des frontières et leur importance pour l'équilibre et l'efficacité professionnelle et personnelle.

Mettre en évidence comment les frontières, leur absence ou leur exagération influencent nos relations, notre identité et notre estime de soi.

Description / Contenu

Découvrir la structure des frontières.

Discerner les 3 niveaux de frontières.

Appréhender les modèles comportementaux qui les soutiennent.

Acquérir les compétences de base qui créent et maintiennent les frontières.

Identifier les défis concernant les frontières.

Communiquer plus efficacement avec les personnes « difficiles ».

Communiquer avec les différents aspects de la personnalité.

Modalités pédagogiques

Formation dispensée en présentiel pour les stagiaires et la formatrice qui supervise également les groupes de travail. La formatrice, Anné LINDEN, intervient en visioconférence via Zoom.

Alternance entre exposés théoriques et cas pratiques en sous-groupes et/ou en grand groupe.

Échanges réguliers avec l'équipe pédagogique.

Moyens et supports pédagogiques

Supports pédagogiques remis aux candidats.

Espace personnel dédié permettant de retrouver les étapes du parcours de formation.

La salle est équipée d'un grand écran TV ainsi que les moyens techniques permettant la mise en place de la visioconférence.

Modalités d'évaluation et de suivi

Bilan de positionnement (ou carnet de compétences) : permet au candidat d'auto-évaluer une partie des compétences attendues dans le référentiel de certification en début de parcours.

Épreuve pratique : elle se déroule sous forme de trinôme en sous-groupe, en binôme ou seul en grand groupe. Elle permet au candidat de concevoir et formaliser l'accompagnement adapté à la problématique professionnelle amenée par l'un des membres du trinômes et de le dérouler au cours de l'exercice pratique et recevoir un retour d'expérience.

Suivi pédagogique : les formateurs intervenant sur le cycle de formation supervisent les exercices en sous-groupe afin de proposer des axes d'amélioration.

Compétences liées

Dernière mise à jour : 22/09/2022