





Des formations gratuites pour vous !

- ☉ Nous vous proposons 5 thèmes de formation pour que vous puissiez venir découvrir **gratuitement** quelques concepts fondamentaux de l'Analyse Transactionnelle en les expérimentant de **manière simple et concrète**.
- ☉ Pour **réserver votre place**, merci de bien vouloir contacter le **03 20 40 75 93**



Matinées découvertes de l'A.T.

2010	2011
 Sa 05 Juin [2] Sa 25 Sep [3] Sa 11 Déc [5]	 Sa 29 Jan [1] Sa 02 Avr [2] Sa 28 Mai [3] Sa 24 Sep [4] Sa 03 Déc [5]
Entrée gratuite Tout public	Entrée gratuite Tout public

5 matinées - 15 heures

 9h30 - 12h30

FORMATEURS :

Christine PROTIN

Responsable des formations générales à la relation et à la communication à l'Institut d'Analyse Transactionnelle. Conseillère en formation. Formée en Analyse Transactionnelle. Titulaire du Diplôme Universitaire de Compétences en Relations Humaines (DUCERH).

Paule CATTEAU

Infirmière Puéricultrice (DE). Formée au Yoga (Ecole Viniyoga). Formée à l'Analyse Transactionnelle (en contrat CTA - Psychothérapie). Psychothérapeute.

PUBLIC CONCERNE : Tout public

PRE-REQUIS : Aucun

RESERVATION DE PLACES :

Contactez le 03 20 40 75 93

LIEU : Institut d'Analyse Transactionnelle
Participants maximum : [30]



[Thème n° 1] *AT, AT... dis-moi qui tu es ? :*

- Comment suis-je en relation avec moi-même et avec les autres ?
- Pourquoi une personne change-t-elle de comportement selon les situations, les lieux, etc... ?
- Comment comprendre qu'une personne "qui a tout pour être heureuse" se sente pourtant déprimée ?
- Comment repérer et déjouer les conflits stériles et répétitifs ?

Concepts abordés : Vue d'ensemble de quelques concepts fondamentaux comme les Etats du Moi, les transactions, les jeux psychologiques.



[Thème n° 2] *Et si vous veniez vous découvrir dans tous vos états ?*

- Ça m'énerve, chaque fois que je me retrouve dans cette situation, j'ai l'impression de réagir comme mon père.
- Pourquoi, quand je suis devant mon Directeur, j'ai le cœur qui bat la chamade et je rougis comme une petite fille ?
- Pas moyen d'avoir une discussion avec lui, ça tourne tout de suite au vinaigre !

Concepts abordés : Les Etats du Moi et les transactions.



[Thème n° 3] *Mon jeu préféré c'est "Oui, mais..." et le vôtre, c'est quoi... ?*

- J'en ai assez... ! J'essaie toujours de faire de mon mieux pour aider mon amie en proposant des solutions alors qu'elle n'arrête pas de se plaindre et, à chaque fois, elle répond « - Ben... oui, mais... ».
- Ma femme fait tout pour me mettre en colère alors je m'emporte et ensuite, elle me demande de m'excuser.
- Lorsque je demande à mon mari de faire quelque chose pour moi, s'il se trompe ou fait une erreur, il me dit toujours « - Regarde ce que tu me fais faire...! », comme si j'étais responsable.

Concept abordé : Les jeux psychologiques.



[Thème n° 4] *Quelles sont donc ces influences que je ne saurais voir ?...*

- C'est étrange, je m'aperçois que je retombe toujours dans les mêmes situations qui m'amènent à souffrir.
- J'ai beau me donner du mal pour lancer mes projets, la chance n'est vraiment pas de mon côté, il y a toujours un moment où ça dérape...
- C'est plus fort que moi, il faut que je m'arrange pour satisfaire tout le monde, mais je me dis souvent que je m'oublie un peu moi-même...

Concepts abordés : Le scénario de vie, les injonctions, les drivers



[Thème n° 5] *Y'a de la friture dans le son et l'image...*

pensez à orienter votre antenne !

- Je me suis fixé des objectifs clairs et précis et pourtant, je continue à me disperser et à faire autre chose.
- Je ne suis pas contente de mon salaire et il y a trois mois j'ai décidé de rencontrer mon Directeur mais depuis, je ne suis pas encore parvenue à solliciter un rendez-vous.
- Ma femme préfère que je fasse les courses le mercredi matin. Cela ne me convient pas à cause de mon jogging mais je ne dis rien et je les fais comme elle veut.

Concepts abordés : Les méconnaissances et les comportements de passivité.