

4. QUI FAIT QUOI ? QUAND ? COMMENT ? ET POURQUOI ?

**Le contrat, un outil pour sécuriser
et harmoniser les relations humaines**

La sécurité et le confort dans les relations avec autrui, au travail comme dans la vie privée passent par des engagements mutuels clairs et bien structurés.

La formation vise

-à pouvoir repérer les moments où nous sommes en souffrance dans nos relations parce que le contrat de départ n'était pas clair, pas adéquat ou inexistant;

-à acquérir un des outils permettant d'instaurer des relations saines et confortables avec autrui.

Elle abordera la définition du contrat et son utilité, les conditions pour qu'il nous corresponde, une procédure pour le construire et fonctionner au quotidien avec son aide.

MÉTHODE

Avec le support d'une information théorique utilisant les concepts de l'Analyse Transactionnelle et étayée d'exemples, les participants apprendront à construire des contrats D.K. en lien direct avec ce qu'ils souhaitent apporter de leur expérience personnelle ou professionnelle.

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne ayant dans ses attributions la gestion et/ou l'accompagnement des relations humaines ou ayant le souhait d'améliorer ses relations avec autrui.

Le groupe sera composé de 8 à 12 participants.

Aucun pré-requis n'est nécessaire.

FORMATRICE

Isabelle DEBROUX est psychothérapeute formée à l'Analyse Transactionnelle.

Coût : 120 €