

Délier la vie

Comment améliorer ses relations familiales et professionnelles



“Ma copine ne veut plus me parler!” “Tout le monde se moque de moi à la récré ...”

“Je me suis battu mais c’est L’UI qui a commencé !” “Personne ne veut jouer avec moi.”

Former des médiateurs

Une intervention dans l’école pour former des élèves médiateurs des conflits.

Objectifs

- Comprendre les mécanismes en jeu dans une relation
- Ecouter et identifier les faits, les pensées, les ressentis et les émotions
- Savoir utiliser les règles et les outils relationnels

Contenus

- Moi, toi et la relation entre nous, comment ça marche ?
- D’où viennent les émotions, et comment les exprimer sans violence.
- Distinguer la personne et son comportement.
- Repérer et éviter les obstacles à la relation
- Utiliser les outils relationnels

Méthode pédagogique

Visualisation des situations au moyen de l’écharpe relationnelle qui symbolise la relation et participation des élèves pour représenter ce qui est vécu ou exprimé (comportements, gestes, paroles, émotions, ressentis, points de vue, ...).

Les situations ainsi représentées permettent la mise en évidence des mécanismes réactionnels et donnent des solutions pour s’exprimer dans le respect de soi et de l’autre.

Déroulement

- 3 séances d'1h

Décrypter le langage verbal et non-verbal, les émotions, les ressentis.

Visualisation du schéma de base de la relation et de ses mécanismes.

Situations concrètes de conflits et mise en pratique par la visualisation pour trouver des solutions.

Présentation des outils relationnels simples et faciles à utiliser à l'école.

- 3 séance d'1h espacées de 15 jours chacune

Témoignages des actions menées et partage des difficultés rencontrées.

Liens avec les programmes

Enseignement civique et moral : La sensibilité – soi et les autres

- Identifier et exprimer en les régulant ses émotions et ses sentiments.
- S'estimer et être capable d'écoute et d'empathie
- Se sentir membre d'une collectivité.

Intervenante

Christine Barroux professeur d'école et formatrice en communication relationnelle selon la Méthode ESPERE® de Jacques Salomé.

Toutes les informations sur mon site : www.delier-la-vie.com

Contact : 06 31 73 01 27 ou barroux.christine@orange.fr

Tarif

60€ de l'heure net de taxes.

Possibilité de tarif dégressif si d'autres interventions sont prévues dans la même école.