



« Nous ne pouvons inculquer directement à autrui un savoir ou une conduite ; nous pouvons tout au plus faciliter son apprentissage » (Carl Rogers)

Les-infos n° 61 - Réunion

la newsletter du site <http://competences-relationnelles.com>

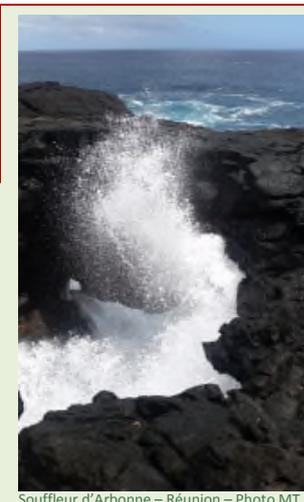
26 janvier 2015

Un nouveau look pour cette lettre mensuelle 1 formule Réunion, 1 formule France hexagonale

L'éditorial dans son entier peut être lu (en cliquant sur le lien ci-dessous) sur le blog de Marc THOMAS où vous pourrez commenter, réagir... et découvrir d'autres articles plus personnels.

Les formations sont présentées plus explicitement et plus clairement

L'accompagnement (personnel ou d'équipe est nouvellement proposé



Souffleur d'Arbonne - Réunion - Photo MT

Ressentir pour penser

Editorial

Nous avons appris à penser, à comprendre, à analyser... bref à développer notre intelligence « intellectuelle »... Mais nous avons peu appris à ressentir, à écouter nos colères ou nos désespoirs, à les accueillir, les apprivoiser et les canaliser... bref à développer notre intelligence « émotionnelle »... Nos émotions ont souvent été suspectées de faiblesse : il fallait les faire taire et les « ravalier » jusqu'à la nausée...

Ne nous étonnons donc pas que ces émotions refoulées viennent parfois tout bouleverser, et suscitent tant de dégâts... [\[lire la suite en ligne\]](#) [\[Télécharger en PDF\]](#)

Formations ouvertes à tous	<p>à la demande du SEDIFOP</p> <p>DEPASSER NOS PEURS : Peur de blesser... de s'exprimer... de ne pas savoir... [Programme]</p> <p>Apprivoiser nos peurs et se protéger de ce qui fait violence Se sentir libre de penser, de parler, de choisir... Aller à la rencontre de l'autre sans peur ni agressivité</p>	<p>7-8 février de 9h à 17h à St DENIS [Inscription auprès du SEDIFOP] 0 262 90 78 24 Secretariat@sedifop.com</p>
	<p>S'AFFIRMER et développer la CONFIANCE EN SOI [Programme]</p> <p>C'est possible de croire en moi et en mes capacités C'est possible de mieux faire face aux défis du quotidien. Nous apprendrons à connaître et à développer nos ressources personnelles</p>	<p>16-17 février de 8h30 à 16h30 à LA POSSESSION [Fiche d'inscription]</p>
	<p>à la demande des AMIS DE L'UNIVERSITE</p> <p>COMMUNIQUER sans peur ni agressivité [Programme]</p> <p>Tant d'incompréhension et de conflits déclenchent communication et relations agressives ou violentes Apprendre à écouter l'autre au-delà de nos interprétations et jugements Oser parler en apprenant à s'exprimer sans agressivité et façon constructive</p>	<p>10 cours suivis de 2h du 18 fév au 06 mai - 18h-20h à LA POSSESSION [Inscription Amis Université] 06 92 77 49 20 amis@univ-reunion.fr</p>
	<p>Canaliser STRESS et EMOTIONS pour savoir réagir dans les situations difficiles [Programme]</p> <p>« Je suis trop sensible ! » « Ce n'est pas avec l'affectif qu'on règle les problèmes ! » Stress, pression, manque de reconnaissance, inégalités de traitement, burn out..., tout cela coûte cher ! Nous apprendrons à canaliser, pour libérer toute l'énergie dont nous sommes porteurs.</p>	<p>2-3 mars + 13 avril de 8h30 à 16h30 à LA POSSESSION [Fiche d'inscription]</p>
	<p>Accueillir les publics : ECOUTER - ACCOMPAGNER [Programme]</p> <p>Dans les Services publics, les entreprises, les associations..., des personnes accueillent des publics. Difficile d'être à la fois disponibles aux attentes des personnes et garants des dispositifs institutionnels. Comment accueillir ? Comment accompagner ?</p> <p>2^{ème} volet de cette formation les 5-6 octobre : Accueillir les publics : AGRESSIVITE - VIOLENCE</p>	<p>30-31 mars de 8h30 à 16h30 à LA POSSESSION [Fiche d'inscription]</p>

Formations entreprises	<p>Compétences relationnelles anime actuellement des formations professionnelles pour :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Service National de la Jeunesse du LUXEMBOURG : Faire autorité, pour des Educateurs - Lycée LEVAVASSEUR à St DENIS : Ecouter sans interprétation ni jugement, pour les Personnels éducatifs - Communautés des Religieuses de la Miséricorde Ste MARIE et BOIS DE NEFLES, pour des Religieuses 	<p>Compétences relationnelles construit avec vous vos formations professionnelles et les ajuste à vos besoins</p>
------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Accompagnement	<p>Accompagnement personnel : Marc THOMAS vous accueille si vous avez besoin</p> <ul style="list-style-type: none"> - de parler... d'être écouté... de clarifier des questions... d'éclairer des décisions... - pour vous, pour votre couple, pour vos proches... <p>Accompagnement d'équipe professionnelle : Compétences relationnelles et Marc THOMAS proposent :</p> <ul style="list-style-type: none"> - supervision, analyse de pratiques, coaching personnel ou d'équipe, médiation... - pour une équipe professionnelle, pour des managers, pour des salariés... 	<p>Contact</p> <p>Marc THOMAS 06 93 41 96 62 mthomas@competences-relationnelles.com</p>
----------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------