



« 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° 62 - Réunion

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

26 février 2015

Réagissez à cette lettre mensuelle Envoyez vos réactions, vos remarques, vos propositions...

Faites connaître les manifestations ou formations qui touchent aux « compétences relationnelles »...

Pour tout cela, écrivez à mthomas@competences-relationnelles.com

Editorial

Transformer nos barrières en pistes d'envol

Souvent, j'écoute des personnes me dire à quel point elles aimeraient changer... Mais elles ajoutent aussitôt que c'est impossible : leurs défauts ou leurs incapacités, le jugement ou la pression des autres, les bonnes résolutions toujours impossibles à tenir... Et finalement la désespérance et le sentiment d'échec : "Je suis comme ça", "c'est ma nature", "je n'y arriverai jamais"...

Je me suis souvent dit cela pour moi-même à une période de ma vie, en particulier par rapport à mon stress et surtout mon agressivité. (...)

[\[lire la suite en ligne\]](#)

[\[Télécharger en PDF\]](#)



Epines du Christ – Cirque de Mafate – Réunion – Photo MT

Formations ouvertes à tous

1^{er} SEMINAIRE « Compétences relationnelles » Réunion [\[Programme\]](#)

Ouvert à celles et ceux qui ont déjà participé à des formations ou autres activités de *Compétences relationnelles*

1^{er} mai 15h : Conférence-Atelier de Marc THOMAS : (Re)devenir acteur de ma vie et de mes projets

2 mai 9h-17h : Acteurs de nos vies, responsables de nos besoins : que sommes-nous devenus depuis la formation ?

3 mai matin : randonnée conviviale Cap Noir et Roche Verre Bouteille **INSCRIPTIONS URGENTES !**

Possibilité de participer à tout ou partie de ce séminaire et de loger sur place – Voir fiche d'inscription

1-2-3 mai à DOS D'ANE (LA POSSESSION)

[\[Fiche d'inscription\]](#)

(urgent pour réservation !)

Renseignements :

Marc THOMAS 0693 41 96 62

à la demande des AMIS DE L'UNIVERSITE

COMMUNIQUER sans peur ni agressivité [\[Programme\]](#)

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

La date de la 1^{ère} rencontre a été reportée au 4 mars ! Il est encore temps de vous inscrire...

10 cours suivis de 2h

du 4 mars au 6 mai - 18h-20h

à LA POSSESSION

[\[Inscription 06 93 41 96 62\]](#)

mthomas@competences-relationnelles.com

[\[Fiche d'inscription\]](#)

à la demande du SEDIFOP

ECOUTER, ACCUEILLIR, ACCOMPAGNER... [\[Programme\]](#)

spécialement dans les communautés chrétiennes, mais aussi dans tous les contextes où des personnes ont besoin d'être accueillies et reconnues.

Porter un regard positif sur toute personne, marcher à son pas, l'écouter pour qu'elle trouve sa solution...

7-8 mars

de 9h à 17h

à St DENIS

[\[Inscription auprès du SEDIFOP\]](#)

0 262 90 78 24

Secretariat@sedifop.com

Accueillir les publics : ECOUTER - ACCOMPAGNER [\[Programme\]](#)

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 ?

2^{ème} volet de cette formation les 5-6 octobre : **Accueillir les publics : AGRESSIVITE - VIOLENCE**

30-31 mars

de 8h30 à 16h30

à LA POSSESSION

[\[Fiche d'inscription\]](#)

SAVOIR DIRE NON [\[Programme\]](#)

Pouvoir exister et d'être soi au milieu des autres. Etre vrai en préservant la relation.

Chercher à établir une relation sincère et juste où les besoins et désirs de chacun peuvent être exprimés, entendus.

Ouvrir le dialogue pour trouver des solutions ou pour négocier un accord respectueux de chacun.

25-26 avril au TAMPON

27-28 avril à St DENIS

de 8h30 à 16h30

[\[Fiche d'inscription\]](#)

Formations entreprises

Compétences relationnelles a animé des formations professionnelles en février :

- COMPETENCES RELATIONNELLES : Ecouter (Le Tampon) – Développer la Confiance en Soi (La Possession)
- Service National de la Jeunesse du LUXEMBOURG : Faire autorité, pour des Educateurs
- SEDIFOP : Dépasser nos peurs
- Communautés des Religieuses de la Miséricorde Ste MARIE et BOIS DE NEFLES, pour des Religieuses

Compétences relationnelles construit avec vous vos formations professionnelles et les ajuste à vos besoins

Accompagnement

Accompagnement personnel : Marc THOMAS vous accueille si vous avez besoin de parler... d'être

écouter... de clarifier des questions... d'éclairer des décisions... pour vous, votre couple, vos proches...

Accompagnement d'équipe professionnelle : *Compétences relationnelles* et Marc THOMAS proposent :

- supervision, analyse de pratiques, coaching personnel ou d'équipe, médiation...

Contact Marc THOMAS

06 93 41 96 62

mthomas@competences-relationnelles.com