

# Marc THOMAS

Résidence Le Grand Bleu – B6  
3 Chemin de la Ferme Avicole  
97419 – LA POSSESSION (Ile de la Réunion)  
Tél Mobile : 06 93 41 96 62 – Fixe : 02 62 47 07 04



Mail : [mthomas@competences-relationnelles.com](mailto:mthomas@competences-relationnelles.com) Site Internet : <http://competences-relationnelles.com>

Nom d'enseigne : **Compétences relationnelles Océan Indien**

SIRET n° 488 147 786 00039

Code APE : 8559A

Enreg. For Pro 98 97 04280 97

## Formation professionnelle – Accompagnement – Analyses de pratiques - Supervision

### DÉVELOPPER LES COMPÉTENCES RELATIONNELLES *se positionner de façon ajustée dans la relation*

- communiquer, comprendre, être compris, ressentir
- Apprendre l'écoute active
- Oser s'exprimer – Vaincre ses peurs
- Canaliser ses émotions – Agir et réagir dans l'empathie

### S'AFFIRMER *être soi-même au milieu des autres*

- se connaître et s'accepter avec ses atouts, ses limites, ses marges de progrès
- être assertif : pouvoir dire oui, pouvoir dire non, fermement et sans violence
- savoir exprimer et canaliser ses émotions
- gérer le stress personnel et professionnel

### ECOUTER, CONDUIRE DES ENTRETIENS *une écoute qui transforme, sans interprétation ni jugement*

- pratiquer l'écoute active et l'empathie
- accompagner des personnes en difficulté
- conduire des entretiens en maîtrisant les techniques adaptées

### ACCUEILLIR LES PUBLICS *une posture d'accueil au service de l'utilisateur et des objectifs institutionnels*

- se centrer sur l'utilisateur
- réagir de façon sereine et efficace face à l'agressivité
- s'exprimer clairement, informer, orienter

### MANAGER UNE EQUIPE dans un esprit coopératif *tenir ensemble les objectifs et la qualité relationnelle*

- Communiquer de façon efficace et sereine, sans agressivité
- s'affirmer de façon assertive comme milite et chef d'équipe
- accompagner le changement et les résistances au changement
- susciter la motivation et l'initiative des personnels – développer cohésion et dynamique de l'équipe.

### TRAITER LE STRESS ET LE MAL-ETRE AU TRAVAIL *sortir de la pression pour développer l'homme et son efficacité*

- S'affirmer et canaliser ses émotions pour gérer son stress
- résister au « chacun pour soi » et développer les solidarités
- envisager les changements personnels et institutionnels nécessaires à une efficacité sereine
- développer un management participatif et de réels partenariats

### DÉSARMER LES CONFLITS *sur la crête, entre opportunité de complémentarité et risque de violence*

- analyser les situations conflictuelles : enjeux, intérêts, risques
- expérimenter des techniques et des stratégies pour traiter les conflits sans perdant
- se positionner de façon ajustée en situation conflictuelle
- se former à la médiation

### FAIRE FACE À L'AGRESSIVITÉ ET À LA VIOLENCE *sortir du cercle vicieux de la violence*

- analyser et comprendre les origines et les causes de la violence
- comprendre les mécanismes de frustration qui engendrent l'agressivité
- canaliser notre propre violence, se poser avec fermeté sans escalade de la violence
- renoncer à la prise de pouvoir, déjouer la violence avec une juste autorité

#### FORMATION INITIALE

- 2000 : MASTER 2 en PSYCHOLOGIE des Actions Interculturelles (Université de Nancy 2)
- 1977-1979 : Séminaires d'habilitation au doctorat
- 1972 : Etudes de Philosophie – MASTER 2 en THEOLOGIE (Institut Catholique de Paris)

#### FORMATION CONTINUE

- 2012 : Communication Non Violente
- 2007 : Attitudes individuelles en situation de conflits
- 2004 : P.N.L. - Gestion du temps
- 2002 : Clarification d'objectifs professionnels  
Médiation et gestion de conflits, dans un contexte interculturel
- 1998-99 : Recherche-action sur la Communication dans les contextes tri et plurinationaux.
- 2001 : Médiation sociale

## EXPERIENCE PROFESSIONNELLE

---

**Fondateur de « Compétences relationnelles » (France Hexagonale – Océan Indien – Antilles)**

**Dirigeant de « Compétences relationnelles Océan Indien »**

Interventions 2003 – 2018

**UNIVERSITE de la Réunion** : Chargé d'enseignement SUFP - Licence professionnelle – Médiation Sociale  
Formation continue des Personnels administratifs

**LES AMIS DE L'UNIVERSITE de la Réunion** : conférencier – Chargé de Cours « Relations interpersonnelles »

**UNIVERSITÉ de Lorraine**

**Nancy Université Formation Continue** : Service entreprises

**MEDIAL Université Nancy 2** : Personnels de Bibliothèques Universitaires

**EDUCATION NATIONALE** : enseignants et formateurs en Lorraine

**DIRECTION DIOCESAINE DE L'ENSEIGNEMENT CATHOLIQUE de la Réunion** : Chefs d'Etablissements

**CHU de la Réunion**

○ **CHU SUD RÉUNION – St PIERRE de la Réunion** : cadres et personnels hospitaliers depuis 2007

○ **CHU FELIX GUYON ST DENIS** : cadres et personnels hospitaliers depuis 2014

**ANFH** : Cadres et personnels hospitaliers (Lorraine – Réunion)

**POLE EMPLOI** Réunion-Mayotte - Alsace, Lorraine - Champagne Ardenne

**SECOURS CATHOLIQUE DE LA REUNION** : Formation des personnels salariés et des bénévoles

**BENEVOLES ASSOCIATIFS Réunion** : Parents malentendants – Femmes et enfants victimes de violence

**SEDIFOP Réunion** : Compétences relationnelles, Ecoute, Accueil, Canaliser les émotions

**CNFPT Alsace Moselle** : Cadres et agents territoriaux - Policiers municipaux - Pompiers

**CNFPT 1<sup>ère</sup> Couronne Ile de France** : Travailleurs sociaux - **CNFPT Grande Couronne Ile de France** : Policiers Municipaux

**CNFPT Réunion** : Agents territoriaux - ATSEM

**Ville de LA POSSESSION** : Médiation, coaching et formation d'élus – Accompagnement d'équipes de professionnels (CCAS, Crèches, etc.)

**COMMUNAUTE URBAINE DE STRASBOURG** : Cadres des Services municipaux et agents d'accueil HLM

**CONSEIL GENERAL DU HAUT RHIN** : Cadres et personnels des Services Départementaux

**OP HLM de STRASBOURG et de NANTES** : Agents d'accueil

**IFMAN de Lorraine** : S'affirmer sans peur ni agressivité – Communication bienveillante

**IRTS DE LORRAINE** : Moniteurs éducateurs et éducateurs spécialisés

**MECS et EHPAD de 32 ST CLAR** : Travailleurs sociaux

**PROTECTION JUDICIAIRE DE LA JEUNESSE Lorraine - Réunion** : Méthodologie d'intervention professionnelle – Groupes d'Analyse de Pratiques

**MUNICIPALITES** : Politique jeunesse– Laïcité et citoyenneté – Management interculturel – Professionnalisation des Contrats d'Avenir

**UNIVERSITE D'ETE DE STOROJINEST (Ukraine)** : *Civilisation française contemporaine*

## Ecrivain – Auteur – Editeur

---

- Marc THOMAS : *Devenir humain*. Ed. Devenir humain. St Denis de la Réunion. 2<sup>ème</sup> édition 2016
- Marc THOMAS et Patricia LEBON : *Au cœur de Soi*. Ed. Devenir humain. St Denis de la Réunion. 2018

## Expériences professionnelles précédentes

---

- 2000 : *Fondateur du CMI (Centre de Médiation Interculturelle) à Metz*  
Directeur pédagogique de son Centre de Formateurs Associés
  - 1999-2001 : « *Centre Interculturel de Bévoys* » à Metz  
Directeur pédagogique  
Centre d'accueil et d'échanges interculturels de jeunes européens
  - 1997-1999 : *U.F.C.V. Champagne-Ardenne*.  
Responsable de Formation Professionnelle et du secteur européen et international
  - 1972-1996 : *Responsable associatif à Nancy*  
Formateur d'adultes
  - 1966-1968 : *Coopération en République Centrafricaine*  
Responsable de développement local et de mouvements de jeunesse
-