



# Compétences relationnelles

« 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° 65 - France

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

15 mai 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](mailto:mthomas@competences-relationnelles.com)

Editorial

## Sortir de LA PEUR...

Tous, nous avons peur ! Parfois **la peur nous rend service** en nous alertant d'un danger. Mais le plus souvent, **la peur nous freine ou nous bloque...** et nous la vivons comme un handicap, parfois jusqu'à la paralysie. Pour pouvoir en sortir, il s'agit déjà d'identifier ces peurs. Elles n'ont pas toutes la même nature et ne se traiteront donc pas de la même manière.

Premier type de peur : **la peur dans des situations dangereuses.** Un tremblement de terre, un accident de voiture, un passage dans un quartier peu éclairé la nuit... Ces peurs sont déclenchées par un danger ou par un sentiment d'insécurité. (...)

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

[\[Télécharger en PDF\]](#)



Coucher de soleil - La Possession - Réunion - Photo MT

Evènement

## Il est encore temps de vous inscrire !!!

**1<sup>er</sup> SEMINAIRE « Compétences relationnelles » Réunion** [\[Programme et inscription\]](#)

- (Re)devenir acteur de ma vie et de mes projets

- Valoriser les changements vécus grâce aux formations et interventions de *Compétences relationnelles*

- Envisager les besoins de formation ou autres interventions pour continuer à progresser

Le même Séminaire a u lieu à la Réunion du 1<sup>er</sup> au 3 mai

[\[Voir Photos et Compte-rendu de la Réunion\]](#)

**27-28 juin à SOLEOLE**

(Commune de LANDREMONT  
près de PONT-A-MOUSSON)  
en Meurthe et Moselle

**du 24 mai au 15 juillet, Marc THOMAS est en France métropolitaine :**

il travaille et prend des vacances.

Pendant cette période vous pouvez le joindre par téléphone au **06 87 63 25 63**

et également par mail : [mthomas@competences-relationnelles.com](mailto:mthomas@competences-relationnelles.com)

Formation ouverte à tous

**S'AFFIRMER sans peur ni agressivité** [\[Programme\]](#)

les 6 et 7 juin 2015 par **Marc THOMAS** à VILLERS-LES-NANCY

Cette formation est organisée par **Mouvement pour une Alternative Non-violente (MAN)** de Lorraine

[Inscriptions auprès du MAN]

03 83 40 13 44

[man.nancy@nonviolence.fr](mailto:man.nancy@nonviolence.fr)

Formations entreprises

**Compétences relationnelles** anime des formations professionnelles en mai :

- Séminaire COMPÉTENCES RELATIONNELLES : « (re)devenir acteurs de nos vies » (Dos d'Ane )
- SECOURS CATHOLIQUE 974 : Prendre soin de soi et s'épanouir dans son bénévolat (St Denis) – Vivre la rencontre en vue d'un accompagnement fraternel (Plateau-Caillou)
- JEUNES RELIGIEUSES de la Réunion : Connaissance de soi et gestion de conflits (Ste Marie)
- CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE : Développer la qualité de la Communication dans un Service de Soins (GHSR St Pierre) – Ecouter sans interprétation ni jugement (GHSR St Pierre)
- REAAPY (Réseau d'Ecoute, d'Appui et d'Accompagnement des Parents des Yvelines : Accueillir-Ecouter-Coopérer (Les Mureaux)

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

OUTIL

« **La COMMUNICATION NON VIOLENTE** » : Présentation brève par Marc THOMAS et *Compétences relationnelles* des grandes étapes du processus inventé par Marshal ROSENBERG, de ses enjeux et de ses stratégies.

Pour servir à tous et à chacun et optimiser nos manières de communiquer et nos modes relationnels.

[Document à télécharger ici](#)