

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

Site : <https://competences-relationnelles.com>

Facebook : <https://www.facebook.com/CompetencesRelationnellesOceanIndien/>

Travailleur indépendant – Entreprise individuelle

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

SIRET n° 488 147 786 00039 - Code APE : 8559A - Enreg. For Pro 98 97 04280 97

DATADOCK validé n° 0006180 – En cours de Certification QUALIOP



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 pilote 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 perdre
- 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 – Caraïbe)

Dirigeant de « *Compétences relationnelles Océan Indien* »

Interventions 2003 – 2019

UNIVERSITE de la Réunion : 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

DIRECTIONS DIOCESAINES DE L'ENSEIGNEMENT CATHOLIQUE

- **974 la Réunion** : Chefs d'Etablissements
- **972 la Martinique** : Chefs d'Etablissements et Equipes éducatives

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

CINOR Communauté Intercommunale du Nord de la Réunion – Agents 2020 – *Projet en cours d'élaboration*

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^{ère} 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.)

COCONUT-TREE, association de jeunes créateurs d'entreprises en Martinique : Communication, Efficacité professionnelle, Management

RAPHAËL CONCEPT, entreprise à vocation culturelle en Martinique : Coaching et accompagnement d'équipe

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

IRTS DE LORRAINE : Moniteurs éducateurs et éducateurs spécialisés

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

Ecrivain – Auteur – Editeur

- Marc THOMAS : *Devenir humain*. Ed. Devenir humain. St Denis de la Réunion. 2^{ème} édition 2016
- Marc THOMAS et Patricia LEBON : *Au cœur de Soi*. Ed. Devenir humain. St Denis de la Réunion. 2018
- Nombreux textes en ligne : <http://competences-relationnelles.com/documentation/documents-pour-tous/>

Expériences professionnelles précédentes

- 2019-2020 *Accompagnateur de la création de Compétences relationnelles Caraïbe, à la Martinique*
 - 2014 : *Fondateur de Compétences relationnelles Océan Indien, Entreprise individuelle à l'île de la Réunion*
 - 2006 : *Fondateur de Compétences Relationnelles – Entreprise individuelle en Lorraine*
 - 2000 : *Fondateur du CMI (Centre de Médiation Interculturelle) à Metz*
Directeur pédagogique de son Centre de Formateurs Associés
 - 1999-2001 : « *Centre Interculturel de Bévoie* » 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
-