



DYNAMIQUES RELATIONNELLES DU TRIANGLE DRAMATIQUE AU TRIANGLE DE LA RÉOLUTION

UN PAS VERS LA SANTÉ RELATIONNELLE

DATE

6 février 2025

HORAIRE

9H00 à 16h00

LIEU

Centre de spiritualité
des Ursulines
20, rue des Dames Ursulines
Québec

Stationnement gratuit

Possibilité d'hébergement
sur place

COÛTS

\$275.00 incluant diner et
2 collations

Tarif préférentiel : \$175.00
pour la personne proche
aidante

FORMATRICES

Michelle Lefebvre, T.S.
Paulette Moulin, B.S.S.

PARTICIPANTS

Minimum 8
Maximum 15

www.modeleintegratif.com

POUR QUI ?

Pour toutes personnes (professionnels, intervenants œuvrant dans le domaine des relations humaines et proches aidants) qui désirent réfléchir sur leur santé relationnelle et s'outiller pour amorcer un changement.

C'EST QUOI ?

Nul ne peut prétendre que les relations humaines en général se vivent toujours en harmonie. La gestion des dynamiques relationnelles avec les membres de nos familles, nos collègues de travail, nos partenaires de vie, nos amis sont au cœur de nos vies.

Parmi l'ensemble des dynamiques humaines, celle apparentée au triangle dramatique de Karpman est fréquente dans nos rapports avec les autres. Cette dynamique se manifeste souvent lorsque les membres d'un système ne reçoivent pas le soutien nécessaire pour composer avec les défis relationnels et/ou de vie auxquels ils sont conviés. Dans ce contexte, chaque personne cherche à maintenir son équilibre (par réflexe de survie) en surutilisant certains mécanismes d'adaptation. En effet, plus le stress est important et le soutien absent, plus chaque membre du système répète les mêmes comportements et ce avec plus d'intensité. Cette surutilisation induit et/ou entraîne souvent la dynamique du triangle dramatique dans lequel les principales positions relationnelles prennent les visages bien connus du persécuteur, de la victime et du sauveur. Cette dynamique, à laquelle nous participons tous à un moment ou l'autre de notre vie, draine l'énergie des différents acteurs impliqués et propulse bien souvent ceux-ci dans une détresse émotionnelle significative.

Le Modèle Intégratif créé par Doris Langlois, suggère une sortie alternative au triangle dramatique par un passage vers un autre triangle soit celui de la résolution et de l'évolution.

Les principaux angles de cette formation:

- La reconnaissance de l'expérience humaine et de certains impacts qui influencent l'entrée et la sortie du triangle dramatique;
- L'importance de **soigner, de guérir**, pour libérer et **avancer** sur le chemin de l'évolution par la prise de conscience de l'apport personnel de chaque participant dans la dynamique du triangle dramatique sans condamner ni détruire et ce dans un esprit de non-jugement;
- La reprise de pouvoir de chaque participant sur l'assainissement des relations interpersonnelles ainsi que sur sa propre vie;
- La mise en commun, l'identification et le partage d'outils favorisant l'avancée de chacun vers le soin et la résilience.

INFORMATIONS ET INSCRIPTION

Paulette Moulin

pmoulin2015@gmail.com

Cellulaire : 418-360-6627