

## **Centre de relation d'aide psychosociale et spirituelle Georges L. Beauchamp**

96B rue Rolland St-Onge, Gatineau (Québec) J8Y 5V2

beauchampgl1@hotmail.com

819-770-0549

**Descriptif : Le défi des relations interpersonnelles dans son travail.**

**Prendre sa réelle place au travail.**

**Durée : 12 heures**

**Problématique :**

Pourquoi est-ce que je me suis laissé emporter de la sorte? Qu'est-ce qui se passe en moi quand je rencontre cette personne et pourtant elle n'a rien fait particulièrement pour m'agacer? Pourquoi est-ce que je réagis à l'autre de la même façon? Pourquoi est-ce que je répète toujours les mêmes stratégies quand elles ne fonctionnent pas? Est-ce que je prends véritablement ma place dans mon travail? Est-ce que j'essaie d'être trop gentil (le) ? Est-ce que j'accorde trop d'importance à certains détails et moins à ce qui est essentiel? Est-ce que je connais bien mon rôle et mon mandat? Est-ce que les autres connaissent bien ma spécificité d'intervention? Comment puis-je mieux m'intégrer dans mon travail et avec les autres?

Toutes ces questions relèvent en soi de ma façon rationnelle à gérer mes stratégies et de mon pouvoir de réflexion à savoir, me questionner sur mes connaissances reliées à l'intervention et mes relations personnelles et interpersonnelles. Dans un contexte d'une approche expérientielle et humaniste, prendre conscience de ses relations interpersonnelles au travail et l'impact de ces relations sur sa réelle place que j'occupe au travail.

**Objectifs :** Prendre conscience de ses stratégies dans la communication et découvrir des possibles pour améliorer sa problématique. Les participants (es) apprendront à reconnaître et approfondir différentes stratégies utilisées dans leurs modes d'échange avec les autres. Également, les participantes apprendront à distinguer certaines relations interpersonnelles qui peuvent entraîner des situations conflictuelles entre collègues de travail notamment, des situations qualifiées de déplaisantes et embarrassantes.

**Contenu :** Par le jeu de rôles, et l'apprentissage de nouveaux concepts portant sur le sujet, les participants (es) seront invités (es) à faire le point de leur réelle place qu'il ou qu'elle occupe dans leur milieu de travail. Les participants (es) pourront par la suite, se questionner sur leurs anciennes stratégies d'interventions et découvrir de nouvelles pistes de solutions portant sur l'application de nouvelles stratégies interpersonnelles qualifiées de rationnelles, saines et efficaces.

Nombre du groupe 10 à 16 participants (es) au maximum.