

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 : Les deux cerveaux : l'émotif et le rationnel et l'impact de ceux-ci sur notre quotidien ainsi que sur notre estime de soi.

Durée : 12 heures

Objectif : Prendre conscience de l'impact de nos cerveaux dans notre vie quotidienne et l'influence de ceux-ci sur notre estime de soi.

Thèmes qui seront abordés:

- 1) Le modèle des deux cerveaux de David Servant-Schreiber auteur de : Guérir et de la technique : La cohérence cardiaque.
- 2) Les deux cerveaux selon Dr Daniel Dufour auteur de : Les tremblements intérieurs et les barrages inutiles.
- 3) Le cerveau du bien et du mal de Dan Freeman auteur : Le cerveau du bien et du mal.
- 4) L'approche en Analyse transactionnelle selon le modèle d'Éric Berne auteur : Les jeux et les hommes
- 5) Le triangle dramatique de Steven Karpman
- 6) Les six chapeaux d'Edward de Bono

Nos deux cerveaux peuvent nous jouer des tours dans ce sens, qu'il nous arrive tous à un moment donné dans notre vie où nous avons manqué en quelque sorte de jugement et de discernement entre autres, dans la recherche de nos solutions. Ainsi, nous optons pour des décisions malheureusement inefficaces et inappropriées qui engendrent des conflits divers et qui empoisonnent nos relations avec les autres.

Approche : Modèle d'animation axé sur le partage et l'échange de son vécu.

Implications personnelles : Nécessite le support actif du groupe pour encourager la prise de conscience, et ce, à partir d'exercices pratiques que chacun des participants sera incité à essayer afin de découvrir quel est le type de cerveau que j'utilise la plupart du temps dans mes relations personnelles, interpersonnelles, extra personnelles et trans personnelles.

Sujet : Cours et atelier favorisant l'échange pratiquent entre les participants: plus particulièrement les techniques et les stratégies de communication dans nos relations humaines.

But : Cette formation se veut une réflexion pratique sur nos deux cerveaux et l'impact de ceux-ci sur notre estime de soi. De plus, les participants pourront approfondir leurs connaissances de soi dans le domaine de la communication. Enfin, cette formation a pour but d'apporter une réflexion sur les changements souhaités pour soi afin de mieux intervenir dans son milieu de travail.