

Comprendre et sortir des relations toxiques



Les ateliers « **JADE** » sont des Journées
d'Approfondissement, de Développement et
d'Entraînement pour élargir ses cadres de
références en tant que coachs, consultants RH,
managers, DRH... et simplement être humain !

Infos Pratiques

Dates de l'atelier :

25 et 26 mars 2025

16 et 17 octobre 2025

Lieux :

Distanciel

Tarif net de taxes :

Particulier : 450€

Indépendant : 680€

Entreprise < 10 salariés : 850€

Entreprise > 10 salariés : 1 020€

**Nombre de places limité à 12
personnes**

Pour tout renseignement, contacter :

Jérôme Curnier (06 81 48 62 76)

Mail : jerome.curnier@institutmaieutis.fr

Site : www.institutmaieutis.com



En quelques mots

Avez-vous déjà éprouvé la sensation, dans les relations que vous entretenez avec votre famille, certains amis et collègues, d'être enfermé dans un dialogue dont vous ressortez épuisé, mécontent voire en colère, en mésestime de vous-même et des autres ? Vous est-il arrivé de finir des vacances en famille agrandie plus irrité que reposé, de vivre des soirées dites amicales qui tournent au vinaigre, ou encore de ne pouvoir vous soustraire à ces traditionnels repas de Noël sans craindre de peiner votre entourage, de déclencher des heurts plus graves que la suradaptation que ces rencontres demandent ?

Tout se passe comme si ces situations étaient inextricables et qu'il fallait bien en passer par là tant elles nous touchent de près et définissent un pan important de notre identité ; comme si, bien que nous connaissions ces scènes par cœur, il nous était impossible de ne pas nous y laisser prendre.

Or ces échanges délétères ne sont ni fortuits ni inéluctables : ils sont le reflet de relations fusionnelles où chaque protagoniste rejoue sa partition parfaitement orchestrée bien qu'il la déteste, où chacun « mange » l'autre sans en avoir conscience, faute d'accepter ni l'altérité ni la différence de son interlocuteur. En fait, chacun demeure prisonnier de son système de croyances limitantes, convaincu inconsciemment qu'il ne peut obtenir son comptant de reconnaissance qu'en mettant en place des jeux psychologiques insatisfaisants, dont l'issue sans surprise se répète à l'infini.

Pourtant rien n'est définitif : il est possible d'identifier les schémas de ces relations toxiques, d'en connaître les ressorts secrets et de s'en affranchir par le soin de soi, le respect de l'autre, le choix de structurer le lien autrement. Mais tant que chacun n'a pas pris conscience de ce qui se joue et n'a appris à répondre positivement à ses besoins, la répétition du phénomène est au rendez-vous.

L'enjeu de cet atelier est de proposer aux participants des chemins possibles de libération pour qu'ils sortent de telles relations qui, à la longue, s'avèrent asphyxiantes, pour leur permettre de retrouver des échanges interpersonnels positifs.

Objectifs

- Appréhender les points communs à l'ensemble de ces jeux psychologiques
- Comprendre comment ils fonctionnent et les repérer
- Proposer des moyens pour en sortir par le haut
- Se protéger des gens qui nous étouffent et grandir dans le soin de soi

Prérequis

Aucun

Déroulement

- Sur la base d'extraits de films travail de repérage de la mise en place de jeux psychologiques
- Apports d'éléments théoriques pour structurer ce qui aura été découvert
- Travail sur ce qui se joue pour soi dans la mise en place de relations toxiques. Ce travail abordera des questions telles que :
 - Quelle est ma porte d'entrée préférée dans un jeu psychologique ?
 - Quel est le point faible sur lequel se greffe le jeu que je vis ?
 - Comment est-ce que je m'y prends pour gérer la relation (escalade) ?
 - Quelles sont mes émotions parasites favorites ?
 - A quels besoins je tente de répondre en me laissant prendre dans un jeu psychologique ?
 - Quelles sont les croyances limitantes qui m'enferment dans mes jeux psychologiques favoris ?
- Entraînement pour faire évoluer la situation toxique
- Appréhension d'une quinzaine d'axes de travail pour se sortir par le haut d'un jeu psychologique
- Quelques techniques à utiliser en entreprise.

Méthodes pédagogiques et d'évaluation

- Travail en session plénière et en sous-groupe
- Utilisation de vidéos d'exemple
- Travail en binômes et trinômes
- Temps de partage et de méta-communication
- Apports théoriques
- Vérification de l'appropriation par mises en situation et coachings

À propos de l'institut maïeutis

Rassemblement d'expertises uniques, l'institut maïeutis propose une offre unifiée et innovante dans le domaine de l'accompagnement, à destination des consultants, coachs, DRH, managers et dirigeants d'entreprises.

À propos de l'animateur – Jérôme Curnier

En bref : fondateur de l'institut maïeutis, coach professionnel, enseignant, superviseur, conférencier et auteur, il propose des groupes de supervision de coachs et des ateliers d'approfondissement et de spécialisation en matière d'accompagnement professionnel.

Sa mission telle qu'il la formule : créer les conditions pour que l'homme du XXI^e siècle soit un être humain debout et responsable (capable d'une réponse) en face d'un monde en profonde mutation technologique, économique, sociologique, écologique, psychologique, voire spirituelle.

Son Excellence ou Mode Opérateur Identitaire Itératif : Il a l'art de créer du sens et de mettre en cohérence les éléments constitutifs du parcours professionnel et existentiel de ses clients.

Il est l'auteur de la collection « **Coaching global** » une collection de cinq volumes rédigés en dix tomes (dont cinq sont d'ores et déjà publiés).



Formations : École de commerce, MBA, coaching individuel et d'équipes (Certification CT 2001, master CTCI 2003, puis Enseignant Superviseur 2005, V. Lenhardt), agréé coach Process Com (2006), formé à la TOB (2008, EATO), à l'Élément Humain® (Schutz, 2009), à l'Approche Systémique (2009), à la Spirale Dynamique® (2009 et 2011), à la Roue de Hudson (2012), formation de maître praticien Emotional Freedom Technique (IFPEC, 2014), formation en constellations d'organisation (2015), formation à l'Approche Narrative (2016), formation de « Guide Tisserand » pour accompagner la mise en évidence du Mode Opérateur Identitaire Itératif (2018-2019) ou Excellence dans l'action (Joël Guillon). Certifié Barrett Culture Assessment (accompagnement des entreprises par les valeurs, octobre 2021). Formation aux fondamentaux du Shiatsu (12 jours, 2023). Formation Process therapy Model (2023-24).

Modalités d'évaluation

Le bénéficiaire émergera une fiche de présence au début de chaque demi-journée.

Un questionnaire de satisfaction concernant la prestation sera complété par le bénéficiaire.

Taux de satisfaction

Non disponible (1^{ère} formation)

Conditions Générales de Vente – Modalités et délais d'accès

A consulter en intégralité sur notre site : <https://www.institutmaieutis.com/terms>

Inscription

1. Envoyez un mail à jerome.curnier@institutmaieutis.fr de demande d'inscription puis le formulaire d'inscription par courrier accompagné d'un chèque d'arrhes de 150€ établi au nom de l'**Institut maïeutis** (adresse : 230 Rte de la Chambotte 73310 Chindrieux).
2. Si vous vous inscrivez moins de 15 jours avant le début de l'atelier, contactez-nous auparavant par téléphone.
3. Le nombre de participants par atelier est limité. Les inscriptions seront prises en compte par ordre d'arrivée.
4. Si vous êtes une entreprise ou une institution, faites-nous parvenir, avant le début de l'atelier, un bon de commande émanant de votre entreprise ou institution, spécifiant le nom de l'entreprise à facturer, le nom du participant, l'atelier choisi, le lieu et la date.

Une facture vous sera adressée au moment de l'atelier ou envoyée dans les jours suivants.

Accessibilité à la formation aux PSH

Toute PSH peut solliciter l'aménagement de la formation suivie, pour compenser son handicap. Nous contacter pour l'étude de l'aménagement de la formation en fonction de votre handicap.

Désistement

1. Il doit se faire par e-mail ou lettre à l'**Institut maïeutis**.
2. En cas d'annulation moins deux mois avant le début de l'atelier, le montant de l'atelier est conservé pour être utilisé sur un autre atelier de l'année civile en cours ou la suivante.
3. Le paiement est dû intégralement (ou l'atelier considéré comme consommé) lorsque l'annulation est annoncée dans les trois semaines qui précèdent la date de l'atelier.

Les différents ateliers

- 🟡 Tu ne mangeras pas ton prochain ou comment traiter les relations toxiques, un module de deux jours consécutifs (pédagogie JADE)
- 🟡 Aider un système à réguler pour de meilleures relations en entreprise un module de deux jours consécutifs (pédagogie JADE)
- 🟡 Accompagner la prise de décision, un module de trois jours (pédagogie SSAFIR)
- 🟡 Accompagner l'évolution des croyances limitantes et la re-hiérarchisation des valeurs, un module de trois jours (pédagogie SSAFIR)
- 🟡 Accompagner le changement avec la Théorie Organisationnelle de Berne, deux modules de deux jours (pédagogie SSAFIR)
- 🟡 Accompagner avec la Roue de Hudson, deux modules de deux jours (pédagogie SSAFIR)
- 🟡 Mettre en place l'Analyse de la Pratique managériale en entreprise, un module de trois jours (pédagogie SSAFIR)
- 🟡 Découvrir son Mode Opérateur Identitaire Itératif (MO2I) ou son Excellence dans l'Action, module de deux jours – (pédagogie TOPASE - séminaire de connaissance de soi)
- 🟡 Accompagner avec l'Intervention Systémique Brèves, trois séminaires de trois jours (pédagogie PPLATINE)
- 🟡 Développement de la conscience et Identité spirituelle (pédagogie OBSIDIENNE)
- 🟡 Pour se faire superviser individuellement ou collectivement, en présentiel ou en distanciel (pédagogie OPALE), prendre contact avec Jérôme Curnier au 06 81 48 62 76

Formulaire d'inscription

Nom de l'atelier : _____

Nom : _____ Prénom : _____

Société : _____

Adresse : _____

CP : _____ Ville : _____

Tel : _____ E-mail : _____

J'accepte les conditions générales de vente (à consulter en intégralité sur notre site internet www.institutmaieutis.com) et je règle la totalité de mon atelier (chèque encaissé au jour de l'atelier), soit : _____ € net de taxes.

Avez-vous des attentes particulières ?

DATE : _____

SIGNATURE :