

PROGRAMME DE FORMATION

Déjouer les Jeux Psychologiques : Maîtrisez l'Art des Relations Authentiques Niveau 1

Cette formation captivante en analyse transactionnelle vous plongera dans l'univers fascinant des jeux psychologiques. Vous apprendrez à identifier, comprendre et désamorcer ces schémas comportementaux qui entravent souvent nos relations personnelles et professionnelles

Que vous soyez un professionnel cherchant à améliorer la communication au sein de votre équipe ou simplement curieux d'enrichir vos relations interpersonnelles, cette formation vous donnera les clés pour transformer vos interactions et cultiver des relations plus authentiques et épanouissantes

En maîtrisant les jeux psychologiques en analyse transactionnelle, les coachs, consultants et thérapeutes seront mieux équipés pour aider leurs clients à développer des relations plus saines et à atteindre leurs objectifs personnels et professionnels.

Cette formation permettra aux participants de :

- *Comprendre en profondeur les mécanismes des jeux psychologiques,*
- *Apprendre à les identifier et à y répondre de manière constructive,*

Programme

Jour 1 : Introduire le concept de jeux psychologiques

- Définition du concept clé des jeux psychologiques en AT
- Étude de la "Formule J" d'Eric Berne : $AG + PF \rightarrow R + D + MS + BN$
- Exploration du Triangle Dramatique de Karpman (Persécuteur, Sauveteur, Victime)
- Exercices pratiques d'identification des types de jeux psychologiques courants

Jour 2 : Analyser la dynamique des Jeux et proposer des techniques d'intervention

- Étude de cas détaillée de quelques types de jeu par exemple : "Oui, mais..."
- Repérer les « accroches » et les "bénéfices négatifs" des jeux
- Définir les étapes clés de la dynamique du Triangle Dramatique
- Jeux de rôle et mises en situation pour comprendre la dynamique de ce concept

Modalités pédagogiques :

Présentation théorique – vidéo Oui mais pour observer ce qui se passe dans un Jeu
Psychologie – Etude de cas - Mise en situation - Des observations dans l'intersession
qui seront travaillées en formation -

Durée :

2 journées en discontinu de 9h30 à 17h30.

Durée totale : 14 heures

Dates en 2026

Dates : 22-23 octobre

Horaires : 9h30 à 17h30

Tarifs :

Tarif = **250 euros/jour** soit pour 2 jours un total de **500 euros** net de taxes

Intervenante :

Annie DE OLIVEIRA P-TSTA O

Formée à l'analyse transactionnelle depuis 1994, Annie de Oliveira est certifiée par l'EATA (Association Européenne d'Analyse Transactionnelle) dans le champ Organisation CTA-O. Elle est Enseignante et Superviseur en Analyse Transactionnelle (P-TSTA en Organisation) en contrat avec l'EATA.

Formatrice-consultante et coach en Management, Créativité et Ressources Humaines, diplômée de l'IAE (CAAE Certificat d'Administration des Entreprises), elle est spécialisée dans :

- l'accompagnement des organisations, des équipes ou des individus au développement de leur projet
- la dynamique de groupe, la cohésion d'équipe et la gestion des conflits,
- la créativité au service de l'innovation technologique, managériale, commerciale, logistique, organisationnelle etc....
- la gestion des compétences pour redéfinir les emplois et les compétences nécessaires à l'organisation

Elle intervient dans le secteur privé, (Associations et Entreprises) et public (Collectivités Territoriales administrations..).

Alfa conseil créativité est un organisme de formation certifié QUALIOPI et ces formations peuvent être financées par les OPCO.