

## Programme pédagogique Grandir au cœur du couple

**Objectif général : Être ensemble en restant différents**

### Public concerné :

Formation ouverte aux particuliers, aux professionnels de la relation d'aide ou de la relation d'éducation et aux entreprises pour leurs salariés

### Prérequis :

Comprendre et parler le français

### Modalités et délais d'accès

Par téléphone, mail ou site internet.

Via le bulletin d'inscription

Délai : 1 jour avant le début de la formation

### Diagnostic et compétences

- *Relation de couple : illusions et mythes*
- *De la dépendance affective au respect de la différence*
- *Construire une relation de couple dans la durée*

### Méthodes pédagogiques :

- Mises en situations concrètes, témoignages,
- Exercices psychocorporels et créatifs
- Accompagnement spécifique du formateur
- Temps de parole, de partage, de recentrage

### Méthode d'évaluation :

- Mises en situation face à une problématique
- Diagnostic à sa résolution.
- Analyses de cas pratiques

**Durée de la formation :** 2 jours en présentiel

**Horaires :** 9h00 à 13 h (dont ½h de pause)

14h30 à 18h (dont ½h de pause)

**Lieu :** CIMC avenue Paul Roubaud  
13100 Le Tholonet

### Formatrice : Corinne Cygler

Spécialiste reconnue en communication relationnelle, formatrice certifiée ICPF/PRO  
Psycho praticienne de l'enfant intérieur

### Contact : Corinne Cygler

04 42 51 47 20/07 76 69 18 09

corinnecygler@yahoo.fr

### Accessibilité

Personnes en situation de handicap,  
merci de nous consulter

**www.ca-cree-la-vie.fr est certifié Qualiopi  
pour la catégorie : actions de formation**

### Contenu

#### • JOUR 1

Identifier les messages transgénérationnels et les mythes

Connaître l'impact des parents sur la vision du couple

Aborder le couple dans ses complexités :

existentielle, interactionnelle, émotionnelle

Passer de la mise en cause à la mise en mots

Repérer les amours issus des manques, des besoins, des désirs.

#### • JOUR 2

Comprendre les langages des projections et des peurs

Explorer la fonction des symptômes répétitifs anti-relationnels

Apprendre à se différencier, se confronter, et vivre une relation authentique

Expérimenter la carte relationnelle du couple

Agrandir sa créativité pour s'entraider et mieux s'aimer

### Modalités d'évaluation

**Avant :** Analyse des besoins et des objectifs du stagiaire – Fiche de positionnement

**Pendant :** Mises en situation permettant de cheminer face à une problématique –

Analyses de cas permettant à chaque participant de nommer, définir et comprendre ses problématiques afin d'évoluer au niveau professionnel et personnel

**Après :** Grille d'auto-évaluation de fin de formation et questionnaire de satisfaction

### Sanction de la formation :

Ce parcours sera validé par une attestation de formation délivrée sur demande

### Financement :

Cette formation peut faire l'objet d'une demande de prise en charge par votre organisme financeur.

Les deux principaux organismes financeurs pour nos formations sont :

- Le FIFPL (Fond Interprofessionnel de Formation des Professionnels Libéraux)
- L'AGEFICE (Fonds d'Assurance Formation du Commerce, de l'Industrie et des Services)

Programme F7 V2 12 \_2022