



# Matinées Découvertes de l'Analyse Transactionnelle

Venez découvrir quelques concepts fondamentaux de l'AT en les expérimentant de manière concrète et simple.

(Merci de réserver votre place par téléphone - 03 20 40 75 93 )

## ■ Thème n° 1 : *AT, AT... dis-moi qui tu es ?*

- Comment suis-je en relation avec moi-même et avec les autres ?
- Pourquoi une personne change-t-elle de comportement selon les situations, les lieux, etc... ?
- Comment comprendre qu'une personne "qui a tout pour être heureuse" se sente pourtant déprimée ?
- Comment repérer et déjouer les conflits stériles et répétitifs ?
- Comment "être" dans l'accompagnement, l'écoute, la relation d'aide ?

**Concepts abordés :** Vue d'ensemble de quelques concepts fondamentaux comme les Etats du Moi, les transactions, les jeux psychologiques.

## ■ Thème n° 2 : *Et si vous veniez vous découvrir dans tous vos états ?*

- Ça m'énerve, chaque fois que je me retrouve dans cette situation, j'ai l'impression de réagir comme mon père.
- Pourquoi, quand je suis devant mon Directeur, j'ai le cœur qui bat la chamade et je rougis comme une petite fille ?
- J'aimerais bien mais c'est difficile pour moi de lier des relations avec autrui ?
- C'est étrange, je m'aperçois que je retombe toujours dans les mêmes situations qui m'amènent à souffrir.

**Concepts abordés :** Les Etats du Moi et le scénario de vie.

## ■ Thème n° 3 : *Mon jeu préféré c'est "Oui, mais..." et le vôtre, c'est quel... ?*

- J'en ai assez... ! J'essaie toujours de faire de mon mieux pour aider mon amie en proposant des solutions alors qu'elle n'arrête pas de se plaindre et, à chaque fois, elle répond « - Ben... oui, mais... ».
- Ma femme fait tout pour me mettre en colère alors je m'emporte et ensuite, elle me demande de m'excuser.
- Mon chef de service n'arrête pas de pointer mes erreurs en me disant qu'encore une fois j'aurais dû l'écouter et je me sens alors sans voix, comme pris au piège.
- Lorsque je demande à mon mari de faire quelque chose pour moi, s'il se trompe ou fait une erreur, il me dit toujours « - Regarde ce que tu me fais faire...! », comme si j'étais responsable.

**Concept abordés :** Les jeux psychologiques.

## ■ Thème n° 4 : *Y'a de la friture dans le son et l'image... pensez à orienter votre antenne !*

- Je me suis fixé des objectifs clairs et précis et pourtant, je continue à me disperser et à faire autre chose.
- Je ne suis pas contente de mon salaire et il y a trois mois j'ai décidé de rencontrer mon Directeur mais depuis, je ne suis pas encore parvenue à solliciter un rendez-vous.
- Ma femme préfère que je fasse les courses le mercredi matin. Cela ne me convient pas à cause de mon jogging mais je ne dis rien et je les fais comme elle veut.

**Concept abordés :** Les méconnaissances et les comportements de passivité.

**Lieu :** L'Institut d'Analyse Transactionnelle - 169, rue SADI CARNOT - 59350 Saint André Lez Lille

|           |  |      |                    |              |             |
|-----------|--|------|--------------------|--------------|-------------|
| Thème n°2 | Fabienne VAN DE VELDE<br>Paule CATTEAU | 2009 | (Sam) 27 Juin      | 9h30 - 12h30 | 1/2 J - 3 H |
| Thème n°3 |  | 2009 | (Sam) 03 Octobre   |              |             |
| Thème n°4 |  | 2009 | (Sam) 12 Décembre  |              |             |
| Thème n°1 | Paule CATTEAU<br>Christine PROTIN      | 2010 | (Sam) 20 Mars      |              |             |
| Thème n°2 |  | 2010 | (Sam) 05 Juin      |              |             |
| Thème n°3 |  | 2010 | (Sam) 25 Septembre |              |             |
| Thème n°4 |  | 2010 | (Sam) 11 Décembre  |              |             |

Demandez nos autres catalogues de formations ou retrouvez-les sur notre site [www.institut-at.com](http://www.institut-at.com)



**Formations spécialisées  
du social et de l'éducatif**



**L'Institut d'Analyse Transactionnelle  
Ecole de Psychothérapie  
Intégrative**