
Programme de Formation

LABO PILOTE : 3 mars 2026 - Repérer et sortir du triangle bourreau-victime sauveur (Triangle dramatique de Karpman)

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap, consultez [notre politique d'accessibilité](#) sur notre site internet. Vous pouvez contacter Frédérique Laclos par l'intermédiaire du [formulaire](#) de la rubrique contact ou par mail : contact@mimethys.com

Organisation

Durée : 2 heures

Mode d'organisation : À distance

Contenu pédagogique

★ Description

Les ateliers du management

Les ateliers du management sont nés à la croisée de la formation, de l'analyse de pratiques managériales et de la supervision managériale.

Ils proposent un espace de travail concret et sécurisé, centré sur les situations professionnelles réellement rencontrées par les participants.

Un format court, centré sur les cas pratiques

Chaque atelier dure 2 heures et est exclusivement consacré au travail sur des cas pratiques, apportés par les participants.

Les échanges se déroulent entre pairs, issus de tous secteurs professionnels, et sont animés par un ou deux professionnels du management relationnel, selon la thématique abordée.

Deux niveaux d'entrée complémentaires

Les ateliers peuvent s'inscrire dans une démarche de découverte de nouvelles pratiques et compétences, en amont d'une formation complète en management relationnel.

Ils peuvent également venir renforcer et affiner les compétences de participants ayant déjà suivi des formations en management relationnel et souhaitant approfondir leur pratique.

Une approche fondée sur la dynamique relationnelle du groupe

La philosophie des ateliers, en lien avec celle du *Pouvoir caché des liens*, repose volontairement sur l'absence de groupes de niveau.

L'appui est pris sur la dynamique relationnelle du groupe présent au moment de l'atelier, afin de pouvoir expérimenter directement l'intelligence du vivant, en parallèle des compétences travaillées.

Des situations managériales fréquentes



Les ateliers s'appuient sur des situations concrètes telles que :

- « Plus j'essaie de les aider, moins ça avance... »
- « Ils me disent que je ne suis pas assez présent, mais je ne peux pas être sur leur dos tout le temps. »
- « Dès que je dis quelque chose, tout se bloque : pour eux, j'ai basculé du côté de la Direction. »

Ces situations permettent de repérer les mécanismes relationnels à l'œuvre, notamment ceux du triangle dramatique de Karpman, et d'explorer des pistes concrètes pour en sortir.

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les enjeux systémiques inconscients sous-jacents du triangle dramatique de Karpman
- Repérer les mécanismes et identifier les rôles de persécuteur, victime ou sauveur dans les interactions professionnelles
- Expérimenter les fondamentaux de la communication pour sortir des jeux des jeux de pouvoir

Compétences acquises à l'issue de la formation



Public visé

Professionnels en situation d'encadrement ou de pilotage d'équipe : managers, responsables, chefs de projet, coordinateurs et toute personne assumant une fonction managériale dans le cadre de son activité.

Prérequis

Avoir une activité managériale



Modalités pédagogiques

Approche interactive et expérientielle



Moyens et supports pédagogiques

- Présentation et analyse d'expériences
- Mises en situation



Modalités d'évaluation et de suivi

A l'issue de la formation, un questionnaire de satisfaction sera renseigné par chaque participant afin qu'il évalue la pertinence des contenus de la formation au regard de sa pratique professionnelle.



Déroulé de la formation

Variable non renseignée