

---

## Programme de Formation

---

### Labo 7 : 5 avril 2027 - Équilibrer vie professionnelle et vie familiale

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](mailto:contact@mimethys.com).

---

### Organisation

**Durée** : 2 heures

**Mode d'organisation** : À distance

---

### Contenu pédagogique

#### ★ Description

Atelier 7 – Équilibrer vie professionnelle et vie familiale

**Date** : 5 avril 2027

Origine et cadre des ateliers

Les ateliers du management sont nés du point de rencontre entre la formation, l'analyse de pratiques managériales et la supervision managériale.

Ils s'inscrivent dans une approche centrée sur le management relationnel et le travail entre pairs.

Format de l'atelier

L'atelier dure **2 heures**, exclusivement consacrées au travail sur des **cas pratiques**.

Il réunit des participants issus de **tout secteur professionnel**, et est animé par **un ou deux professionnels du management relationnel**, en fonction de la thématique abordée.

Logique pédagogique et niveaux

Les ateliers s'appuient sur deux niveaux logiques complémentaires :

- **Découverte de nouvelles pratiques et compétences**, permettant ensuite d'entrer dans un parcours de formation complète en management relationnel.
- **Renforcement et affinage des compétences** pour les participants ayant déjà suivi des formations en management relationnel et souhaitant approfondir leur pratique.

Philosophie des ateliers

Dans la continuité de la philosophie du **Pouvoir Caché des Liens**, le choix est fait de **ne pas constituer des groupes par niveau**.

Les ateliers prennent appui sur la **dynamique relationnelle du groupe présent**, afin de :

- pouvoir expérimenter directement la richesse de l'intelligence du vivant,
- tout en travaillant les compétences visées par la thématique de l'atelier.

Résonances et situations exprimées

- « À la maison, on me dit : *“Tu es là, mais en fait tu n'es pas là.”* »
- « Je culpabilise tout le temps : soit au travail, soit à la maison. »





### ***Objectifs pédagogiques***

- Identifier les sources du déséquilibre
- Repérer les points de fluidité et les points de tensions
- Appliquer un outil de gestion des priorités



### ***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