

Programme de Formation

Labo 6 : 22 février 2027 - Repérer et sortir du triangle bourreau-victime sauveur (Triangle dramatique de Karpman). Décoder les dynamiques toxiques

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

Issus du croisement entre la formation, l'analyse de pratiques managériales et la supervision, les *Ateliers du management* proposent un espace de réflexion collective à partir de situations professionnelles vécues.

Cet atelier de 2 heures est dédié à l'exploration de dynamiques relationnelles qui tendent à se répéter dans les équipes et à freiner la coopération. Les participants travaillent à partir de situations concrètes apportées par le groupe, en mettant en lumière les jeux de rôles implicites et les malentendus relationnels qui s'installent dans le temps.

L'atelier peut s'inscrire aussi bien dans une démarche de découverte de nouvelles grilles de lecture managériales que dans un approfondissement pour des personnes déjà formées en management relationnel et souhaitant affiner leur posture face à des situations relationnelles complexes.

Fidèle à la philosophie du *Pouvoir du lien*, aucun groupe de niveau n'est constitué. Le travail prend appui sur la dynamique relationnelle du groupe présent, permettant d'expérimenter l'intelligence collective et de réfléchir à des déplacements possibles de posture lorsque les interactions deviennent bloquantes.

Des situations fréquemment évoquées :

- « Plus j'essaie d'aider, moins la situation avance. »
- « On me reproche de ne pas être assez présent, mais je ne peux pas être partout. »
- « Quoi que je dise, j'ai l'impression d'être automatiquement renvoyé du côté de la Direction. »

🎯 Objectifs pédagogiques

- Comprendre les enjeux relationnels du triangle dramatique de Karpman.
- Savoir identifier les rôles et sortir des différentes postures.





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

Séances de formation en salle

PowerPoint

PaperBoard

Modélisation de la pratique

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