

Le triangle de Karpman: applications en séance de coaching

 7 h  154,00 €

Public

Toute personne travaillant dans le secteur du développement personnel et du coaching

Objectifs

Développer une vision globale de son fonctionnement et détecter à quel moment il-elle adopte un mode de fonctionnement de type persécuteur-trice, sauveur-trice ou victime et y reste.

Développer des stratégies pour sortir de ce triangle au profit d'une attitude bienveillante.

Introduction :

Dans le cadre d'un travail d'accompagnement de personnes, mais aussi dans le travail d'équipe, il est fréquent d'adopter une posture de persécuteur-trice, sauveur-teuse ou victime. Ces postures sont naturelles. Il est cependant important de ne pas y rester figé ni d'entrer dans la danse du triangle dramatique.

Avec cette formation, vous allez découvrir toutes les subtilités que Karpman a développées, bien au-delà des 3 rôles principaux que l'on connaît habituellement.

Contenu :

- Présentation du principe théorique développé par Karpman et de l'analyse transactionnelle.
- Sur base de situations concrètes, analyse des différents rôles.
- Notion de rôle caché. Quels sont-ils dans notre histoire ?
- Les 5 grandes règles pour passer du triangle dramatique au triangle compassionnel.
- Notion de rôle positif interne (les 3 rôles peuvent avoir une posture positive)
- Comment développer ces 3 rôles en positif interne,
- La méthodologie est axée sur le partage et la sensibilisation. Pour se faire, nous partagerons nos expériences en petit groupe et en plénière, mais testerons avec des jeux de rôles, des stratégies pour éviter de rentrer dans le triangle dramatique.

Formatrice

Bénédicte Hautier, psychologue, formatrice spécialisée en orientation professionnelle, gestion de carrière, soft skills, aide à la recherche d'emploi, ...

Informations pratiques

> **Droit d'inscription**
154,00 €

> **Horaires**
 Liège

> Le 9 décembre 2025
De 9h à 17h

> Aides sectorielles à la formation

Formation agréée Liberform (<https://www.formation-continue.be/aides-la-formation/fonds-sectoriels-de-formation>) --> formation gratuite sous certaines conditions pour les travailleurs de le CP336



Le triangle de Karpan: applications en séance de coaching - Le mardi 9/12/2025, Liège

€ 154,00 €

 **Dates de formation**
Le mardi 9/12/2025

Horaire
De 9h à 17h

 **Liège, Sainte Beuve**

Boulevard Sainte-Beuve, 1
4000 Liège
Belgique

inscription-sainte-beuve@centreifapme.be

[04/229.84.20](tel:042298420)