

Se libérer de notre scénario de vie

Les 7, 8 et 9 décembre

Séminaire avancé

en analyse Transactionnelle (niveau 202)

Types de scénario
(gagnant / perdant),
issues dramatiques, points de
focalisation : argent, séduction,
temps, rétention ou élimination...

Pour explorer de façon ludique les ingrédients du scénario de vie (avec le jeu du poker)

Public visé : Séminaire ouvert à toute personne désireuse de découvrir et d'explorer les différentes implications du scénario dans notre vie (personnelle et professionnelle) En particulier, il s'adresse à toute personne ayant une position de leader. Il constitue un **niveau avancé (202) pour des analystes transactionnels en formation.**

Sens, contexte et méthodologie :

Nous nous servons du Jeu (le poker) comme métaphore pour aborder nombre de situations de la vie professionnelle : Notre capacité d'adaptation au changement. Notre rapport à l'argent. Notre vision de la réussite, de l'engagement. Notre capacité à fixer nos objectifs, à prendre des risques, à prendre ou pas des décisions. Notre propension à gagner ou à perdre. Pensons-nous être les victimes du hasard ou les heureux bénéficiaires de la chance? Avons-nous du pouvoir sur notre vie? Sommes-nous stratège de notre vie? Tout ce travail se fait autour d'une table de poker, en jouant.

Objectifs pédagogiques :

Au terme de cette formation, vous connaîtrez les éléments clés du concept de scénario selon Berne et intégrerez la dimension systémique : comment ce qui est en nous interagit avec ce qui est au dehors de nous (intrapyschique/interpersonnel)

Vous trouverez des clés pour sortir de l'enfermement du scénario, « re-décider » en conscience et réussir vos projets professionnels et personnel. Vous saurez comment – dans un contexte professionnel - mobiliser les ressources des personnes que vous accompagnez (soit comme coach, soit comme manager).

Dates : les 7, 8 et 9 décembre 2026

Lieu : Campus-AT. 170, avenue Jean Jaurès 21000. DIJON

Rappel de la définition du scénario (Éric Berne)

Un plan de vie inconscient reposant sur des décisions prises dans l'enfance, renforcées par les parents, justifiées par les événements ultérieurs, aboutissant à une fin prévisible et choisie.

Programme des 3 journées

Présentation des liens entre scénario et jeu du poker
Rappel des différents ingrédients du scénario et leur impact sur notre capacité à réussir. Les diagrammes de base du scénario (Injonctions / contre injonctions / programme). Le triangle dramatique et les liens avec les 3 Positions de vie NON OK. Les impasses. Le mini scénario
Mise en place d'un contrat individuel de changement
Tout au log du jeu : mise en place des clés de libération du scénario pour soi et pour les autres : Développer l'autonomie (conscience, spontanéité, intimité). Les 4 P (Protection, Permission, Puissance et Pouvoir de réaliser). Trouver et maintenir sa position de vie OK/OK. Utiliser l'Économie des signes de reconnaissance comme potentiel de changement. Les fondements de la mise en place d'un processus de redécision. Utilisation du concept d'énergie au sens de l'AT (clarification, stimuli et renforcement des frontières)

Durée : 3 journées (21 heures)

Horaires : journée 1 14 h 00 – 19 h 00 / journée 2 : 9 h 00 – 18 h 00 / journée 3 : 9 h 00 – 17 h 00

Validation des acquis : Attestation de stage. Validation des heures en formation avancée pour les personnes en contrat de formation en analyse transactionnelle

Patrice FOSSET*

Analyste transactionnel certifié CTA - O
Enseignant Superviseur certifié TSTA
dans le champ des Organisations
Maître praticien certifié en PNL
Praticien certifié en psychologie
systémique et intégrative,





Dijon les 7, 8 et 9 décembre 2026

Stage : Se libérer de notre scénario de vie avec le jeu du poker

Bulletin d'inscription :

Participant :

Nom : Prénom :
Rue :
Code postal : Ville : Pays :
Société :
Email : @
Téléphone :

☐ **Je m'inscris au Séminaire :** Explorer de façon ludique les ingrédients du scénario de vie qui aura lieu les 7, 8 et 9 décembre 2026 (3 jours)

Au tarif de (cocher la case correspondante)

- **Entreprise :** 1 800,00 € HT/2160,00 TTC ☐
- **Profession libérale (et entreprise de -10 salariés)** 980,00 € HT/ 1176,00 TTC ☐
- **Particulier** (hors votre comptabilité professionnelle) : 620,00 € TTC ☐

Les frais d'hébergement et de repas ne sont pas compris dans le prix

Adresse : Campus-AT. 170 avenue Jean Jaurès. 21000. DIJON

Si vous êtes salarié ou profession libérale, vous avez la possibilité de demander une convention de formation dans le cadre du financement par votre OPCO

Besoin d'une convention de formation (cocher la case) : ☐

Facturation et règlement :

Votre inscription sera confirmée dès réception de votre chèque ou virement correspondant à la totalité du coût du séminaire sur le compte

COHELIANCE FORMATION se réserve le droit de modifier les dates 15 jours avant le début du stage ou d'annuler s'il n'y a pas assez de participants. Vous seriez prévenus dès lors par téléphone et nous conviendrions, soit de reporter la date du stage, soit de vous rembourser.

Ce bulletin a valeur d'engagement dès lors qu'il est adressé, signé et le paiement honoré.

En cas d'annulation par le stagiaire, il ne sera remboursé que si elle intervient 15 jours avant le début du stage.

Cachet de l'entreprise :

Fait à :

Le : / / 2026

Signature :