

Manipulations et perversion narcissique : Les distinguer, se protéger et agir

En une journée (formation de 6h)

Les termes manipulateurs et pervers narcissique sont utilisés dans le vocabulaire courant de manière abusive et dès lors pas toujours à bon escient. Il s'agit de mettre les vraies définitions et symptômes sur des comportements en distinguant la manipulation ordinaire d'une manipulation dans le but de nuire à un collaborateur, à un proche, ...

De la même manière, des collaborateurs vont mettre une étiquette de « pervers narcissique » à une personne qui se montre parfois juste exigeante. Cette formation permet aux participants de faire le point sur leurs connaissances concernant les symptômes et les comportements manipulateurs, et d'apprendre à prendre du recul pour mieux les contrecarrer. Cette formation rentre tout à fait dans le cadre d'une prévention des risques psychosociaux au travail

Public cible

- Cette formation est ouverte à tout public et s'adresse à toute personne intéressée par le sujet à titre personnel ou professionnel
- Pour toute personne qui désire mieux comprendre les mécanismes de la manipulation et les différentes formes qu'elle peut revêtir dans la famille, le couple ou le milieu professionnel afin de s'en protéger, de la déjouer et de s'en libérer
- Le thème abordé est un sujet récurrent et demandé régulièrement autant en entreprise que pour les organismes tels les CPAS, MR/MRS, hôpitaux, Cette formation répond aux questionnements du personnel, à titre professionnel tout autant que privé

Objectifs

- Identifier les différentes formes de manipulations et de la façon dont chacun y participe à des degrés divers dans la vie quotidienne
- Différencier la notion de « manipulation perverse » et la distinguer des manipulations ordinaires
- Analyser les mécanismes qui lient une victime à une personne pervers-narcissique
- Aborder des pistes d'actions pour contrecarrer les manipulations
- Recevoir des éclairages sur les indices comportementaux pour aider à discerner la manipulation
- Observer nos côté sombres qui nous font reconnaître un manipulateur ou un pervers narcissique injustement par le fait qu'il nous met en difficulté

Contenu

- Manipulation ordinaire et manipulation malveillante : les différents buts et diverses formes de manipulations et tactiques
- Sensibiliser aux implications des comportements indésirables au travail et/ou au quotidien
- Distinguer la manipulation des stratégies que nous employons tous pour arriver à nos fins que ce soit dans la sphère privée et/ou professionnelle
- Identifier les indices comportementaux pour repérer la manipulation et la perversion narcissique
- De la confusion à l'emprise, approche des diverses techniques utilisées par la personne perverse narcissique
- Comprendre les comportements déviants



- Analyser les caractéristiques ainsi que l'épuisement moral et psychique des victimes de pervers narcissiques au sein de la famille, dans le couple ou dans le milieu professionnel
- Identifier les conséquences psychosomatiques qui peuvent déboucher sur des troubles du comportement
- Se familiariser avec la loi relative au harcèlement moral au travail, les mesures et les recours
- Approcher le deuil de la relation et de la communication idéales
- Agir plutôt que réagir, pistes d'actions et outils pour déjouer la manipulation ou pour s'en libérer en prenant conscience de ses ressources
- Découvrir les différents outils de communication pour repérer, prévenir et gérer les personnalités à risque : techniques d'écoute bienveillante avec neutralité, questionnements, recueil des faits...)

Méthodologie

- Grille des comportements à risque
- Apports théoriques en support de la pratique afin de permettre la compréhension des mécanismes de Pédagogie active et participative adaptée aux situations vécues par les participants
- Approche diversifiée privilégiant la variété, le dynamisme et le concret dans l'apprentissage
- Apports théoriques
- Mises en situation et exercices pratiques
- Présentation d'outils