



## INFORMATIONS



Visio-atelier



Début le mercredi 01 février 2023



DURÉE : 02:00

**PROFILS :** Doctorante CIFRE. Coach Systémique Stratégique

**PRE REQUIS :**

Aucun pré-requis

**MATERIEL :** Aucun

**CODE ACTIVITÉ :** 7AD341

**Prix : 20.00 €**

## DESCRIPTION

Et si vous utilisiez une méthode de résolution de problèmes pour faciliter vos prises de décision et changer votre vie ?

L'approche systémique stratégique de l'école de Palo Alto a donné naissance à une méthode de thérapie brève qui a fait ses preuves pour résoudre des problèmes de tous ordres, tant dans la sphère privée que professionnelle.

Elle part du principe que les problèmes qui nous entravent sont alimentés par les tentatives de solution que nous mettons en place pour les résoudre. Ces tentatives de solution reposent sur des interactions relationnelles dysfonctionnelles. Le levier du changement est donc de prendre conscience de nos tentatives de solution et de les arrêter.

Après une courte présentation théorique des principes de base de l'approche systémique stratégique, des séances de résolution de problème seront proposées en petits groupes, voire même en individuel.

### Atelier en visio-conférence

Le lien de connexion vous sera envoyé par l'animateur.trice 4 jours avant le démarrage de votre activité. En cas de non-réception n'hésitez pas à contacter l'accueil au 03.89.46.48.48 ou par mail [contact@universitepopulaire.fr](mailto:contact@universitepopulaire.fr)



## OBJECTIFS

- Se familiariser avec la méthode de résolution de problème issue de l'approche systémique stratégique de l'école de Palo Alto
- Comprendre les bases de la théorie et les illustrer avec des exemples concrets, dans les différents domaines d'application aujourd'hui (thérapie brève, coaching professionnel, scolaire,...)

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	01-02-2023	18:00	02:00	VISIO-ATELIER