

Yvon Dallaire Psychologue Inc

Psychologue – Auteur – Conférencier - Formateur

Présentation de la vidéo de formation sur le paradoxe de la passion
accréditée par l'OPQ et l'OTSTCFQ et recommandée par la SSS (Suisse).

Cette vidéo est disponible à <https://yvondallaire.didacte.com/a/>.

Le paradoxe de la passion

1. Qui suis-je ?
2. Introduction : le paradoxe de la passion
3. Conseils préliminaires aux intervenants
4. Le déséquilibre relationnel
5. Le test de déséquilibre relationnel
6. Comment gérer le paradoxe
 - 6.1 Bannir les solutions habituelles
 - 6.2 Rééquilibrer la relation
 - 6.3 La communication : clé de l'amour ou source de mésententes
 - 6.4 Aider les couples clients à mieux gérer le paradoxe de la passion
7. Examen à réussir pour passer à la partie 2 et obtenir l'attestation

La contre-dépendance émotive

1. Présentation du module
2. Les 26 caractéristiques du contre-dépendant émotif
3. Le fardeau du contre dépendant émotif : l'ambivalence affective viscérale
4. La fausse croyance et les stratégies nocives du contre-dépendant
5. Les trois solutions à l'ambivalence
6. La séparation provisoire
7. Les sept stratégies gagnantes du contre-dépendant
 - 7.1 Se réconcilier avec lui-même
 - 7.2 Écouter sa culpabilité pour la transformer en responsabilité
 - 7.3 Dompter sa colère
 - 7.4 Voir le partenaire tel qu'il est
 - 7.5 Se garder une porte de sortie
 - 7.6 Faire une tentative de rapprochement
 - 7.7 Être patient
8. Conclusion
9. Examen à réussir pour passer à la partie 3 et obtenir l'attestation

La dépendance émotive

1. Présentation du module
2. Les 28 caractéristiques du dépendant émotif

3. La douleur d'aimer du dépendant
4. La fausse croyance et les stratégies nocives du dépendant
5. La renaissance du dépendant
6. Les sept stratégies gagnantes du dépendant
 - 6.1 Se ménager
 - 6.2 S'accrocher à la réalité
 - 6.3 Penser positivement
 - 6.4 Prendre de la distance
 - 6.5 Expliquer ce qu'il fait
 - 6.6 Affronter sa peur de la distance
 - 6.7 Définir ses limites
7. Conclusion
8. Examen à réussir pour obtenir l'attestation

Références (par ordre d'importance) :

- DELIS, Dean & Cassandra PHILLIPS. *Le paradoxe de la passion : les jeux de l'amour et du pouvoir*. Paris, Robert Laffont, 2004
- GOTTMAN, John M., Nan SILVER & Denyse BEAULIEU (traduction), *Les couples heureux ont leurs secrets. Les 7 lois de la réussite*. Paris, Pocket, 2006.
- DALLAIRE, Yvon. *Qui sont ces couples heureux ? Gérer les crises et les conflits du couple*. Québec, Option Santé, 2006.
- HEFEZ, Serge & Danièle LAUFER. *La danse du couple*. Paris. Fayard/Pluriel, 2010.