



**Corinne CAPDEQUI PEYRANERE**  
**Intervenante en Justes Relations**  
06 10 94 78 37 – 74540 St Sylvestre  
ccp@justesrelations.com  
[www.justesrelations.com](http://www.justesrelations.com)



formations • consulting • ateliers • conférences • coaching

### CHAMPS D'INTERVENTION POSSIBLES

*(Pour de Justes Relations peut élaborer d'autres projets sur demande)*

#### Le stress :

- Mieux comprendre le fonctionnement du stress d'un point de vue neurologique
- Différencier les différents types de stress (fuite, lutte, inhibition)
- Apprendre à prendre du recul pour appréhender les situations plus calmement.
- Intégrer des outils et postures pour retrouver plus de sérénité en situation

#### Les conflits/l'agressivité :

- Comprendre les deux types d'agressivité : défensive et offensive d'un point de vue neurologique
- Repérer et anticiper les deux types d'agressivité pour y faire face (comportements, langage verbal...)
- Se positionner face à l'agressivité défensive ou stress de lutte
- Se positionner face à l'agressivité offensive ou comportements anti-sociaux

#### La communication :

- Comprendre et vivre l'intérêt des différentes étapes de l'écoute active : silence, reformulation, validation, questionnement ouvert, explication et demande claires
- Communiquer avec les différentes formes de stress de l'autre : fuite, lutte et inhibition
- Gérer et se positionner face à la mauvaise foi, au harcèlement moral

### OUTILS PEDAGOGIQUES

Des apports en approche neurocognitive et comportementale  
Des outils d'intelligence collective  
Une démarche d'animation participative  
Des supports ludiques et variés (jeux de carte, dessin projectif...)  
L'intuition du moment

*S'appuyer sur l'intelligence du groupe, la créativité et le développement personnel,  
pour une approche vivante et responsabilisante !*

## EXPERIENCES

### Intervenante à Pour de Justes Relations :

- conflits et agressivité/la relation à l'argent – SNCF au Féminin (Lyon/2019)
- facilitation des rencontres de managers d'entreprises libérées – (depuis décembre 2017)
- pour mieux appréhender les différentes facettes du stress – ENSA (Chamonix/2018)
- l'approche participative au service de la formation – INFIPP (Lyon/2016)
- gestion des conflits, gestion du stress – Association des Maires de l'Isère (Grenoble/depuis 2016)
- du stress à l'énergie positive – CCI (Annecy/depuis 2015)
- l'innovation managériale, une histoire de transformation personnelle d'abord ! – Rencontres Mieux Etre au Travail (Lyon/2015)
- l'intelligence collective...une expérience – JCE Oyonnax (2015)
- pour une communication plus fluide et efficace, Pour mieux vivre les situations relationnelles professionnelles - Baikowski (Annecy/2015)
- interventions en ateliers pour les étudiants de l'Ecole de Management de Grenoble (2015) (échec, intelligence collective)
- techniques d'expression orale et affirmation de soi – IPAC (Annecy/2015&2016)
- qui manage mes relations ? – Jeune Chambre Economique (Lyon /2014)
- gestion du stress – Jeune Chambre Economique Rhône Alpes (2014)

### Formatrice pour l'IME-Paris (Approche Neuro Cognitive et Comportementale) :

- devenir le commerçant préféré en caisse (stress et communication) – Carrefour (depuis 2016)
- communication et agressivité – CHU Besançon (depuis 2015)
- gestion des émotions dans l'accueil des familles endeuillées – Hospices Civils de Lyon (depuis 2015)
- gestion du stress – Boiron (Lyon/2010-2012)
- gestion des situations difficiles - Hospices Civils de Lyon (depuis 2011)
- gestion du stress en milieu hospitalier – CHU Besançon (depuis 2011)

### Formatrice au sein de Eliance Sarl :

- gestion de l'agressivité – ANFH Rhône (2007)
- gestion de l'agressivité et des situations stressantes (Maison d'Accueil et de Soins St Sauveur, CH Albertville-Moûtiers, UDAF de l'Ain/2008-2013)
- gestion de l'agressivité et de la violence (CHS St Egrève/2009-2010)
- mieux communiquer pour des échanges plus humains et professionnels (CH Givors/2009-2010)
- améliorer la collaboration professionnelle (CH Bourg St Maurice/2010)
- prise en charge du patient chronique (Clinique E André, Lyon/2010)
- gestion des relations conflictuelles (CHI St Julien/depuis 2011)

### Analyse de la pratique pour le Groupe Optim (2011) :

- responsabilité et solidarité
- la distance professionnelle

### Formations pour l'APRAD – Bruxelles (2000-2004) :

- l'influences des médias dans les rapports Nord-Sud
- analyser les médias pour mieux s'en détacher

### Formations pour SCI – Bruxelles (2002-2004) :

- organisation et animation des formations d'animateurs en éducation au développement
- co-animation des « week-end de rentrée » des coopérants

### Gérante d'un organisme de formation : Eliance Sarl (2006-2013)

## QUALITES PEDAGOGIQUES & VALEURS

De la **présence** et de l'**écoute** pour instaurer une espace d'**accueil**.

Du **dynamisme** et de l'**humour**, pour inviter à l'indispensable **remise en question** dans une intervention en relations humaines.

Faciliter les prises de conscience et amortir leur impact en suscitant sur la **créativité** et l'**intelligence collective**.

Enfin, une **expérimentation quotidienne** des outils proposés, pour transmettre de manière **incarnée et authentique**.

## FORMATIONS INITIALES

1999-2001	Université Libre DES en <b>Coopération au Développement</b>	Bruxelles
1992-1996	École Supérieure pour le Développement Economique et Social Certificat de second cycle en management d'entreprises, option : <b>gestion des ressources humaines</b> .	Lyon

## FORMATIONS COMPLEMENTAIRES

2016	CJunodConseil La relation à <b>l'argant</b> : mieux la comprendre pour la transformer/ La Personne Source	4 jours1/2 Suisse
2015	Université du Nous Le <b>leader et le souteneur coopératif</b> (Formation aux outils d'intelligence collective et à la posture de coopération)	10 jours/Les Amanins
2014	Université du Nous - Danse du <b>tao et gestion des conflits</b> - <b>Réinventons l'agir ensemble</b> (séminaire d'initiation aux outils d'intelligence collective et à la posture de coopération)	1jour Chambéry 5 jours/Devesset
2012	Accolades Formation à <b>l'animateur participatif</b> – Module1	2 jours Annecy
Depuis 2008	Approche de la <b>Psychosophie</b> (sagesse de l'âme) : Conférences, ateliers, théâtre de l'âme, méditation quotidienne. Alliant philosophie, psychologie et spiritualité, la psychosophie invite à plus de sagesse dans tous les domaines de la Vie (scientifique, relationnel, éducatif, économique ,...)	Chambéry
2008-2009 & 2004-2006	Institut de Médecine Environnementale (IME) Certifiée en <b>Approche Neuro-Comportementale et Cognitive</b> (ANCC) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fonctionnement du cerveau et des liens avec nos comportements, émotions, pensées,</li> <li>• Les structures de personnalité et l'approche thérapeutique,</li> <li>• Les différents modes de communication,</li> <li>• Approche pratique et théorique, collective et individuelle</li> </ul>	Paris Bruxelles
2004	ITECO Asbl <b>Médias et Education au Développement</b> : « Images simples, réalités complexes »	2 jours Bruxelles
2002	SCI Formation à la <b>Communication Non Violente</b> (T. D'Ansembourg)	1 semaine Bruxelles
2002	ONG Volens Formation sur la notion de <b>développement</b> , de <b>relation interculturelle</b> .	1 semaine Bruxelles
2001	ITECO Animateur en <b>éducation au développement</b>	1 semaine Namur