

## Programme de la formation psycho-praticien

### Objectif de la formation

L'objectif de cette formation est d'offrir un champ très large des différentes techniques d'accompagnements les plus courantes (coaching, hypnose, sophrologie, soins énergétiques) et d'apprendre à naviguer entre toutes. La finalité n'est pas d'avoir une boîte à outils débordante mais une sélection des protocoles les plus importants dans chacun de ces domaines pour se construire des bases solides et éprouvées. Vous pourrez ainsi démarrer dans l'activité de thérapeute, ou avancer dans vos pratiques déjà bien établies, en ayant une vision large de ce qui peut exister et pouvoir traiter d'une même problématique avec plusieurs entrées/techniques, selon la réceptivité de votre client.

Le but de cette formation est de traiter l'humain dans sa globalité avec le corps physique, le corps mental et les corps émotionnel et énergétique. Ouvrir ses perceptions, accueillir ses ressentis et leur faire confiance sera l'un des atouts de cette formation et de vos futurs accompagnements. Cette formation étant pluridisciplinaire, plusieurs formateurs experts de leur(s) domaine(s) interviendront.

Enfin, pour être un bon thérapeute, il faut d'abord travailler sur soi afin d'éviter les trop lourds effets miroirs avec ses clients. C'est donc naturellement que tout au long de la formation, des moments de coaching en individuel et en collectif vous seront proposés. La finalité est de vous permettre de trouver votre ADN unique de thérapeute et de le laisser rayonner pour attirer des clients qui vous ressemblent.

Cette formation permet une reconversion professionnelle en 6 mois. Elle est accessible à des personnes salariées, de par son rythme (voir calendrier) et de par ses modalités mixtes mêlant e-learning pour la partie théorique, présentiel pour la mise en pratique et accompagnement individuel en distanciel (visio).

Un module spécifique sur la création d'entreprise est prévu en fin de parcours afin d'accompagner jusqu'au bout chaque personne.

**Durée :** 210 heures, soit 30 jours dont 15 en présentiel et 15 en distanciel.

**Dates :** Deux sessions par an, démarrage en janvier et en septembre. Consulter le calendrier.

**Lieu :** 11 B rue Alfred de Vigny, 25000 Besançon

**Accessibilité :** Cette formation est accessible à toute personne porteuse d'un handicap. Le lieu de formation est accessible aux PMR. Nous pouvons adapter le parcours en fonction des besoins (la question sera posée dans le dossier de candidature).

**Tarif : 4 400€**

## Financement :

- Financement individuel (paiement en plusieurs fois : 1 310€ à l'inscription puis 515€ par mois pendant 6 mois)
- Financement possible via France Travail et OPCO (non éligible au CPF, non référencée au RNCP)

**Prérequis :** Aucun prérequis de niveau n'est demandé.

Néanmoins, il paraît essentiel de savoir s'exprimer oralement et par écrit de manière claire et intelligible, d'avoir une bonne capacité d'écoute, d'analyse et de synthèse. D'autre part, la partie motivationnelle est primordiale : porter de l'intérêt à l'humain et avoir envie d'accompagner.

**Débouchés :** thérapeute à son compte ou en structure, accompagnement social, coaching de vie.

## Détail du contenu :

*A savoir :* Le temps prévisionnel des modules de formation en e-learning intègre un temps de visionnage des vidéos et un temps d'apprentissage et de travail personnel. Il faut compter en moyenne 7 à 8 heures de travail par semaine.

### **MODULE 1 – Se connaître et se comprendre pour avancer**

*Durée : 1,5 jours (10 heures en visio -> 3h en individuel + 7h en collectif) – Élise Clerc*

### **MODULE 2 – L'humain : son fonctionnement, ses besoins**

*Durée : 1 jour (7h - e-learning) – Élise Clerc*

- Corps physique : le fonctionnement du cerveau et les neurosciences
- Corps mental : la pyramide de Maslow, les émotions, la relation besoins-émotions-pensées...
- Le fonctionnement spirituel des corps : les différents corps, les chakras, l'aura, la médecine chinoise

### **MODULE 3 – La relation d'aide et la relation client/patient**

*Durée : 0,5 jour (4h - e-learning) – Élise Clerc*

- Pour quelles problématiques un client peut-il s'adresser à moi ?
- Le contact client : les différents types de communication, posture haute/basse, l'effet miroir, les troubles à détecter.
- L'importance de la posture du thérapeute, son positionnement et ses limites,
- Le symptôme écran ou l'arbre qui cache la forêt
- Position et regard
- La supervision

#### **MODULE 4 – Analyse Transactionnelle**

*Durée : 0,5 jour (3h – e-learning) – Elise Clerc*

- Origine de l'analyse transactionnelle
- Les 6 personnalités
- Les besoins psychologiques, les strokes ou reconnaissances, les interactions
- Les scripts de vie et les jeux psychologiques
- Le concept d'immeuble de Taibi Khaler

#### **MODULE 5 – La PNL, base de plusieurs grands types d'accompagnement**

*Durée : 2 jours (14 heures – e-learning) : Élise Clerc*

- Les systèmes de représentations VAKOG
- États de conscience et écologie du changement
- Le lien corps – mental – émotion : une approche intégrative
- Observer, écouter, structurer : le modèle SCORE et l'anamnèse
- Croyances, peurs et blocages
- Ressources, visualisation et sponsorat
- Les niveaux logiques de Dilts
- Les positions perceptuelles
- Métaphores et modélisation
- Les 7 protocoles clefs
- Posture du praticien : congruence, états COACH / CRASH et méta-position

#### **MODULE 6 – Coaching**

*Durée : 5 jours (14h de e-learning et 21h de présentiel) – Élise Clerc*

- Les fondations du coaching : identité et posture du coach, les compétences clés, le processus de coaching
- Outils et leviers de transformation : les cycles de changement et de vie, les valeurs fondamentales, les principes de vie, les blessures émotionnelles, rôles et domaines de vie, les archétypes, Égo/Ombre/Soi
- Situations spécifiques en coaching : la plainte et le déni, burn-out et surcharge, les étapes du deuil
- Accès à 13 techniques et protocoles
- Mise en pratique : réussir à conduire une séance et choix du protocole en fonction de la problématique client

#### **MODULE 7 – Sophrologie**

*Durée : 3,5 jours (11h de e-learning et 14h de présentiel) – Céline Garcia*

- Histoire et application de la sophrologie
- La phénoménologie

- Les possibles et capacités
- Les états de conscience
- Les grands principes de base (intégration du schéma corporel, principe de réalité objective, principe d'action positive et principe d'adaptabilité, alliance sophronique...)
- Structurer et cadrer sa séance
- Exercices et mise en pratique : sophro-déplacement du négatif, sophro-activation du positif, phénodescription, sophrologie de base vivantielle, sophro-analyse...)

### **MODULE 8 – Hypnose**

*Durée : 4 jours (14h de e-learning et 14h de présentiel) – Céline Garcia*

- Histoire de l'hypnose et principes fondamentaux
- Les principes fondamentaux : calibration, états modifiés de conscience, dissociation, amnésie hypnotique, réversibilité et contrôle conscient...
- Les techniques de base : induction, régression et confusion hypnotique, ancrage, hypnose conversationnelle, métaphore hypnotique, focalisation sensorielle, auto-hypnose, transe fractionnée, ratification...
- Les applications spécifiques : addictions, stress, douleurs
- Les protocoles essentiels
- Mise en pratique : réussir à conduire une séance et choix du protocole en fonction de la problématique client

### **MODULE 9 – Art-thérapie : quand le créatif se met au service de l'inconscient**

*Durée : 2,5 jours (10h de e-learning et 7h de présentiel) – Laurie Girardot-Jeancler*

- Les fondements de l'art-thérapie
- La créativité comme ressource thérapeutique
- Les médiations en thérapie créative
- Les couleurs en art-thérapie : entre symbolique et subjectivité

### **MODULE 10 – Outils de développement personnels et TCC**

*Durée : 1 jour (7h de e-learning) – Élise Clerc*

- Communication Non Violente
- Les accords Tolteques,
- Ho'ponopono,
- CPEAR
- Ikigai
- TCC
- La méditation en pleine conscience,
- Dialogue intérieur
- Arbre de vie

## **MODULE 11 – Nettoyages subtils et soins énergétiques**

*Durée : 5 jours (35h en présentiel) – Élise Clerc*

- Comprendre l'invisible – principes de base,
- Se protéger et s'ancrer,
- Nettoyage énergétique,
- Ressentir les chakras et les différents corps,
- Recharger en énergie
- Visualiser les problématiques physiques et les apaiser – lien PNL
- Couper des liens toxiques
- Travailler sur le transgénérationnel

## **MODULE 12 – Créateur d'entreprise : amener son individualité dans son projet professionnel**

*Durée : 2,5 jours (11h en e-learning et 7h en présentiel)*

*Partie 1 – Elise Clerc :*

- les différents statuts,
- les outils d'accompagnement à la création d'entreprise : SWOT, LEAN CANVAS, business plan
- les obligations du chef d'entreprise et points d'attention.

*Partie 2 – Nina Morel*

- identifier sa singularité à travers le personal branding,
- définir son ADN professionnel pour mieux se positionner,
- observer son environnement pour mieux se différencier.
- Travail en présentiel pour projeter collectivement un futur qui vous ressemble.

## **MODULE 13 – Passage de l'évaluation**

*Durée : 1 jour (7h en présentiel)*

**Suivi de votre formation** : un groupe de discussion WhatsApp vous sera proposé afin d'échanger entre stagiaires et formatrices. La bonne humeur et la bienveillance seront les maîtres mots de cette formation.

**Évaluation** : Mise en pratique d'un cas concret : développer une séance de 30mn avec un stagiaire du groupe sans préparation préalable et sur une technique tirée au sort. A l'issue de la formation, une attestation de réussite vous sera délivrée et indiquera si vous avez, ou non, validé tous les modules.

**Moyens pédagogiques mis en œuvre** : E-learning, visio-conférences, livret du stagiaire, jeux, mise en pratique et étude de cas, participation active (apprendre en expérimentant), visualisation, outils d'art créatif.



## La Boussole Intérieure

Accompagnement et formation

[contact@la-boussole-interieure.fr](mailto:contact@la-boussole-interieure.fr) - 06.69.30.05.13

3 impasse Thalangin 25360 NAISEY LES GRANGES

Modalités et délais d'accès : **Inscription possible jusqu'au 22/12/25.** La formation ne pourra démarrer qu'à condition d'avoir au moins 4 inscrits.

**Renseignements et inscription :** Pour toute demande de renseignement, vous pouvez prendre RDV en ligne pour un échange téléphonique sur la page contact de notre site internet.

Pour toute inscription, vous pouvez télécharger le dossier de candidature disponible sur notre site internet sur la page formation, le compléter et nous le renvoyer avec toutes les pièces justificatives. Un entretien motivationnel vous sera ensuite proposé avec Élise Clerc, responsable de l'organisme de formation, afin de valider ensemble votre intérêt pour cette formation.

Pour toute autre demande, contactez-nous au 03.81.25.70.87 ou par mail [contact@la-boussole-interieure.fr](mailto:contact@la-boussole-interieure.fr)