



SYMBIOFI
Innovations en psycho-santé

Le Cycle Expert
Thérapies psychocorporelles
Enfant Adolescent
Outils éducatifs et approches thérapeutiques

Formation ouverte en présentiel/distanciel
4 modules fondamentaux
ou Cycle Expert en 12 jours



Symbiofi SAS
Parc Eurasanté
30 avenue Pierre Mauroy
59120 Loos
contact@symbiofi.com
03.28.55.51.19

Il existe de nombreuses techniques qualifiées de psychocorporelles - ayant fait l'objet de classifications par différents auteurs – qui aboutissent à des degrés variables à une réponse complète de relaxation, à la fois corporelle et psychologique. Cet état physiologique s'oppose aux manifestations constatées lors de la réponse au stress et dans les états de tension et d'anxiété. Pour les pratiques les plus connues - respiration, pleine conscience, yogathérapie, sophrologie, hypnose, ...- il ressort que les techniques proposées aux adultes peuvent convenir à un jeune public, sans être toutefois transposables telles quelles.

Elles doivent impérativement être adaptées à la population cible enfants / adolescents dans leurs apports et leurs pratiques : demande de l'envoyeur en amont, organisation des séances, explication des techniques employées, modalités d'apprentissage et d'entraînement, présence au corps, relations avec les parents, etc.

Cette nécessité de disposer de réponses thérapeutiques appropriées, souples, évolutives et faisant appel à différents niveaux de pratiques et champ de compétences, nous a conduit à proposer ce **Cycle Expert Thérapies psychocorporelles chez l'enfant et l'adolescent**.

Cette formation, s'inscrivant dans une perspective élargie - soin, soulagement ou amélioration de ce qui fait obstacle ou souffrance, prévention et éducation à la santé - est destinée à tous les professionnels de l'enfance et, plus généralement, à tout praticien intéressé par la place de l'enfant/adolescent en tant que sujet.

Les intervenants, médecins et psychologues, ont tous une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics. Outre des approches validées, à la fois du point de vue de la recherche scientifique et du point de vue des résultats, ils vous présenteront des méthodes fondées sur leur expérience clinique.

Leurs différents ateliers combineront des présentations théoriques, vignettes cliniques, outils interactifs, exercices et jeux de rôles en sous-groupes, au travers d'une démarche très pratique et opérationnelle.

Ils vous montreront, quelle que soit la technique employée, comment les thérapies psychocorporelles agissent sur trois dimensions : le sens, les sensations corporelles et les émotions. Vous découvrirez également les applications des techniques selon 2 modalités essentielles : technique individuelle, technique de groupe

Vous comprendrez mieux comment les pratiques psychocorporelles, en proposant une alternative à la psychothérapie verbale, jouent un rôle chez l'enfant et l'adolescent :

- en passant par le corps - champ et mode d'expression privilégiés du symptôme ou du mal-être - et en posant une autre manière de l'habiter, une alternative à l'état de gêne, de tension ou de douleur ;
- en ouvrant une voie à l'imagination et à la mobilité mentale ;
- en œuvrant à l'autonomisation, à la différenciation et au fondement de l'identité.

Ce Cycle Expert Thérapies psychocorporelles chez l'enfant et l'adolescent sera envisagé comme un éclairage sur ces pratiques chez l'enfant et l'adolescent, avec pour objectif principal d'aider le professionnel à poser un cadre autour de sa prise en charge et de son accompagnement.

Prérequis et public visé

Les modules fondamentaux du **Cycle Expert Thérapies psychocorporelles chez l'enfant et l'adolescent** sont des formations de spécialisations.

Pour chacun des modules, il est indispensable :

- soit d'avoir validé les modules de base équivalent dans le parcours Symbiofi **Thérapies psychocorporelles** : *bases scientifiques, protocoles et pratique*.
- soit d'avoir suivi des formations équivalentes dans leurs parcours de formation.

Le Cycle Expert Thérapies psychocorporelles chez l'enfant et l'adolescent concerne les professionnels qui souhaitent :

- découvrir différentes techniques de gestion du stress, des émotions et leurs applications à un jeune public;
- disposer de réponses thérapeutiques appropriées aux enfants / adolescents, souples, évolutives et faisant appel à différents niveaux de pratiques et champs de compétences

Les professionnel(le)s "Psys" en santé mentale

- Psychiatres et pédopsychiatres.
- Psychologues : *clinicien, de la santé, social, du travail, neuropsychologue, interculturel, du sport, environnemental, de l'orientation scolaire, criminologue-victimologue, etc.*
- Psychothérapeutes agréé(e)s ARS.
- Psychanalystes.
- Membres de l'équipe pluridisciplinaire en service de psychiatrie : infirmier(e)s, psychomotricien(ne)s.

Les professionnel(le)s "Non Psys" en santé mentale

Plusieurs professionnel(le)s autres que les « psys » œuvrer pour la santé mentale :

- **Soin** : *médecins généralistes, médecins du sport, médecins du travail, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sage-femmes, infirmier(e)s, infirmier(e)s en pratique avancée, infirmier(e)s du travail, infirmier(e)s scolaires, aides-soignant(e)s, cadres de santé, diététicien(ne)s, ergothérapeutes, psychomotricien(ne)s, etc.*
- **Etudiant(e)s** dans les différentes disciplines précitées.
- **Social** : *éducateurs / éducatrices spécialisé(e)s, moniteurs-éducateurs / monitrices-éducatrices, conseillers conjugaux / conseillères conjugales.*
- **Aide et accompagnement** (professions libérales non réglementées) *psychopraticien(ne)s, sexothérapeutes, hypnothérapeutes, art-thérapeutes, gestalt-thérapeutes, préparateurs mentaux / préparatrices mentales, sophrologues, relaxologues, réflexologue, coachs de vie.*

Objectifs

Savoir mettre en œuvre les approches psychocorporelles pour gérer les symptômes physiques, psychologiques et émotionnels des enfants et adolescents, isolés ou associés à des problèmes ou somatiques.

- S'engager dans des règles éthiques, déontologiques, connaître son domaine d'application et ses compétences et savoir collaborer avec des professionnels expérimentés de disciplines différentes.
- Acquérir les bases des données théoriques, physiologiques et psychologiques des différentes méthodes.
- Connaître les indications et les domaines d'application des différentes approches en médecine, psychologie, psychothérapie.
- Découvrir les données scientifiques récentes et validées.
- Acquérir la boîte à outil complète des principaux exercices ainsi que la pédagogie.
- Faire pratiquer les exercices en individuel et animer des groupes.
- Mieux maîtriser les interactions du processus de prise en charge entre le jeune, le(s) parent(s) et le professionnel : aide, objectifs, buts à atteindre, priorités, progressivité, processus du changement, processus d'apprentissage, demande de « l'envoyeur » en amont, relations avec les parents, etc.
- Mieux comprendre comment les pratiques psychocorporelles, en proposant une alternative à la psychothérapie verbale, jouent un rôle chez l'enfant et l'adolescent :
 - en passant par le corps - champ et mode d'expression privilégiés du symptôme ou du mal-être - et en posant une autre manière de l'habiter, une alternative à l'état de gêne, de tension ou de douleur ;
 - en ouvrant une voie à l'imagination et à la mobilité mentale ;
 - en œuvrant à l'autonomisation, à la différenciation et au fondement de l'identité.
- Partager l'expérience d'une équipe de praticiens expérimentés à partir de cas concrets.

Modules fondamentaux

Notre formation **Cycle Expert Thérapies psychocorporelles Enfant Adolescent**, *outils éducatifs et approches thérapeutiques* propose un contenu riche et varié de 4 modules fondamentaux, que les professionnels pourront valider en **Attestation** Cycle Expert sur 12 jours.

| | | |
|---|---------|--------------------------|
| Méditation pleine conscience enfant adolescent : <i>outils pratiques et expérientiels</i> | 3 jours | Présentiel |
| Sophro-relaxation enfant adolescent : <i>outils pratiques et expérientiels</i> | 3 jours | Présentiel ou Distanciel |
| Hypnose enfant adolescent : <i>outils pratiques et expérientiels</i> | 2 jours | Présentiel |
| Emotional Freedom Techniques (EFT) enfant adolescent : <i>outils pratiques et expérientiels</i> | 4 jours | E-learning et Présentiel |

Objectif principal

Acquérir un protocole clinique structuré permettant de mettre en œuvre des interventions de gestion des pensées et des émotions basées sur la pleine conscience avec des jeunes, dans un contexte d'animation de groupe ou en individuel

Intervenante

Charlotte BUSANA, psychologue clinicienne et psychothérapeute

Durée

3 jours – 21 heures

| | | |
|---------|---|---------------|
| Accueil | Présentation de la formation, des objectifs, des participants et de leurs besoins en formation. Point organisationnel | Tour de table |
|---------|---|---------------|

| Compétences visées | Contenus développés | Méthodes utilisées |
|--|--|---|
| Comprendre la Pleine Conscience et son efficacité pour les enfants et les adolescents | <p>Le concept de pleine conscience</p> <ul style="list-style-type: none"> . Définition . Processus d'action . Inscription dans la 3ème vague des Thérapies Cognitives et Comportementale <p>Les interventions basées sur la pleine conscience chez les jeunes</p> <ul style="list-style-type: none"> . Effets des interventions et nécessité d'améliorer la qualité des études standardisées d'interventions (RCTs) . Présentation des contre-indication et mesures de prudence . Littérature scientifique concernant les interventions basées sur la pleine conscience avec les jeunes <p>Programmes spécifiques de Pleine Conscience pour les enfants et les adolescents</p> <ul style="list-style-type: none"> . Caractéristiques communes et spécificités . Adaptation des programmes | <p>Méthode affirmative</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diaporama illustré - Echanges avec les participants - Questions / réponses <p>en alternance avec un échange avec les participants :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Co-construction des points récapitulatifs - Résumé des points clés par le participant ou en collectif-Questions/réponses |
| Appréhender le protocole structuré basé sur la Pleine Conscience pour les enfants et les adolescents | <p>Organisation générale</p> <ul style="list-style-type: none"> . Matériel . Structure . Plans des séances . Consignes . Guide du partage des expériences : les 3 cercles <p>Présentation du programme, séance par séance</p> <ol style="list-style-type: none"> 01. L'attitude du martien. 02. Donner de l'attention au corps. 03. S'arrêter et respirer. 04. Accueillir l'émotion. 05. Ne pas faire ce que l'émotion me dit de faire. 06. Prendre de la distance par rapport aux pensées. 07. Avancer vers ce qui est important pour moi. 08. Agir. 09. Ce n'est qu'un début... | <p>Méthode affirmative</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diaporama illustré - Echanges avec les participants - Questions / réponses <p>Méthodes expérientielles</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1° Exercice 1 en sous-groupe : Photolangage Faire parler une image de soi choisie affectivement - 2° Pratique 2 : Exercice du martien Expérimentation individuelle |
| Savoir mettre en œuvre la séances 1 | <p>Présentation détaillée et expérimentation de :</p> <p>Séance 1 : L'attitude du martien</p> <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> - établissement du cadre et de la dynamique du groupe - présentation de la pleine conscience . Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> - objectifs spécifiques - éléments fondamentaux - consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience- Objectifs généraux | <p>Méthode d'évaluation</p> <p>Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte de l'exercice, du savoir-faire et du savoir-être individuel</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echanges en direct sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Ajustement des postures / gestes / mots - Questions/réponses |

| Compétences visées | Contenus développés | Méthodes utilisées |
|---|---|---|
| <p>Connaître et savoir mettre en œuvre les séances 2,3 et 4 du protocole</p> | <p>Présentations détaillées et expérimentations de :</p> <p>Séance 2 : Donner de l'attention au corps</p> <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> - prise de conscience des sensations corporelles . Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Séance 3 : S'arrêter et respirer</p> <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> - Centration sur la respiration - Respiration comme point d'ancrage . Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Séance 4 : Accueillir l'émotion</p> <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> - non-jugement de l'expérience émotionnelle / acceptation . Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience | <p>Méthode affirmative par</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diaporama illustré - Echanges avec les participants - Questions / réponses <p>Méthodes expérimentielles</p> <p>1° Pratique 1 : le balayage du corps Expérimentation en binômes</p> <p>2° Pratique 2 : méditer en chantant Expérimentation individuelle</p> <p>3° Pratique 3 : méditation assise sur la respiration et le corps Expérimentation en sous-groupes</p> <p>Méthode d'évaluation</p> <p>Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echanges en direct sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis, des sensations, des émotions - Ajustement postures / gestes / mots - Questions/réponses - Synthèse et debriefing de groupe |
| <p>Connaître et savoir mettre en œuvre les séances 5, 6 et 7 du protocole</p> | <p>Présentations détaillées et expérimentations de :</p> <p>Séance 5 : Ne pas faire ce que l'émotion me dit de faire</p> <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> - inhibition de la réaction immédiate en se centrant sur la respiration et le corps . Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Séance 6 : Prendre de la distance par rapport aux pensées</p> <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> - Changement de l'attitude par rapport aux pensées . Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Séance 7 : Avancer vers ce qui est important pour moi</p> <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> - réfléchir à la manière de développer et de consolider ce qui est important pour moi . Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience | <p>Méthode affirmative</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diaporama illustré - Echanges avec les participants - Questions / réponses <p>Méthodes expérimentielles</p> <p>1° Pratique 1 en sous-groupe: la méditation assise avec introduction d'une difficulté</p> <p>2° Expérimentation des exercices des séances 6 et 7 :</p> <ul style="list-style-type: none"> . Souvenirs autobiographiques . Valeurs et contre-valeurs . Les 4 cadrans <p>Exercices en 2 sous-groupes</p> <p>Méthode d'évaluation</p> <p>Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echanges en direct sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis, des sensations, des émotions - Ajustement postures / gestes / mots - Questions/réponses - Synthèse et debriefing de groupe |

| Compétences visées | Contenus développés | Méthodes utilisées |
|--|--|---|
| (...) Suite Connaître et savoir mettre en œuvre les séances 8 et 9 du protocole | <p>Présentations détaillées et expérimentations de :</p> <p>Séance 8 : Agir</p> <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs généraux - Centration sur la respiration - Respiration comme point d'ancrage . Présentation de chaque exercice : - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Séance 9 : Ce n'est qu'un début.</p> <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs généraux - non-jugement de l'expérience émotionnelle / acceptation . Présentation de chaque exercice : - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Clôture du protocole</p> | <p>Méthodes expérientielles</p> <p>2° Expérimentation des exercices des séances 8 et 9 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Réflexion sur la correspondance entre mes actions et mes valeurs - L'action en situation émotionnelle : flexibilité <p>Exercices en 2 sous-groupes</p> <p>Méthode d'évaluation</p> <p>Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echanges en direct sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis, des sensations, des émotions - Ajustement postures / gestes / mots - Questions/réponses - Synthèse et debriefing de groupe |
| S'approprier l'expérimentation de la Pleine Conscience pour les enfants et les adolescents | <p>La cadre d'intervention</p> <ul style="list-style-type: none"> . Faisabilité et acceptabilité . Effets positifs des programmes dans un contexte scolaire . Contexte, cadre et format de groupe . Gestion de la dynamique de groupe . Le partage d'expérience . Liens avec la vie quotidienne . La pratique entre les séances . Rôle de l'intervenant <p>Présentation du document remis en fin de la séance aux jeunes et des tâches d'entraînement demandées à domicile.</p> <p>Synthèses formelles ponctuelles sur une série d'obstacles dans l'apprentissage de la pleine conscience avec les jeunes et réflexion commune sur les manières de les dépasser</p> <p>Adaptation du programme à un suivi individuel</p> | <p>Méthode affirmative</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diaporama illustré - Partage d'expériences - Temps individuel de réflexion aux pistes d'amélioration des pratiques - Synthèse collective <p>Méthode d'évaluation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Résumé des points clés par le participant ou en collectif - Questions/réponses |
| Bilan | <p>Table ronde</p> <p>Evaluation individuelle des acquis de fin de formation</p> <p>Bilan de la formation</p> | <p>Echanges avec les participants</p> <p>QCM des acquis de fin</p> <p>Fiche d'évaluation de la qualité</p> |

Objectif principal

Adapter les séances de sophro-relaxation aux particularités des enfants et des adolescents en maîtrisant les principes généraux et expérimentant les techniques

Intervenant

Sylvie DASSONVILLE, psychologue et sophrologue

Durée

3 jours – 21 heures

| | | |
|---------|---|---------------|
| Accueil | Présentation de la formation, des objectifs, des participants et de leurs besoins en formation. Point organisationnel | Tour de table |
|---------|---|---------------|

| Compétences visées | Contenus développés | Méthodes utilisées |
|--|--|---|
| Maîtriser les aspects généraux de la sophro-relaxation avec les enfants et les adolescents | <p>Pratique d'accueil : Mouvements spontanés de détente</p> <p>De la relaxation à la sophrologie ou l'alliance des deux</p> <ul style="list-style-type: none"> . Définitions et objectifs . Les indications de la sophro-relaxation avec les enfants et les adolescents . Les apports de la sophro-relaxation et les axes principaux de travail <p>Aspects généraux de l'accompagnement</p> <ul style="list-style-type: none"> . Le cadre sécurisant . L'établissement du contact . Les séances adaptées en fonction de l'âge et du contexte <p>La posture de l'animateur des séances de sophro-relaxation</p> <p>Principes de base de la sophro-relaxation</p> <ul style="list-style-type: none"> . Prise de conscience . Attitude phénoménologique . Evolution progressive . Répétitions et entraînement R . Principe d'action positive . Description d'une séance type | <ul style="list-style-type: none"> - Apports théoriques et diaporama illustré - Questions/réponses <p>Méthodes activo-expérimentales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exercices pratiques collectifs dirigés pour une intégration des techniques en profondeur. N°1 : Mouvements spontanés de détente <p>Modalités d'évaluation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vérification par l'intervenant ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel - Echanges en direct sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis, - Ajustement des postures/gestes/mots - Débriefing - Questions/réponses |
| Utiliser les techniques corporelles dans les séances de sophro-relaxation dédiées aux enfants et adolescents | <p>Pratique d'accueil : Relaxation allongée de présence au corps</p> <p>Les techniques corporelles</p> <ul style="list-style-type: none"> . L'intimité entre le corps et le mental . Les mouvements spontanés de détente . La présence au corps . L'ancrage – l'enracinement – la verticalité . La posture . Le mouvement <p>Démonstrations par la pratique</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Apports théoriques et diaporama illustré - Questions/réponses <p>Méthodes activo-expérimentales</p> <p>Exercices collectifs dirigés sur tapis de sol :</p> <ul style="list-style-type: none"> - N°1 : Relaxation allongée - N°2 : Ancrages - N°3 : Relaxations dynamiques <p>Modalités d'évaluation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vérification par l'intervenant ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel - Echanges en direct sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis, - Ajustement des postures/gestes/mots - Débriefing - Questions/réponses |

| Compétences visées | Contenus développés | Méthodes utilisées |
|---|---|---|
| Utiliser les techniques de respiration dans les séances de sophro-relaxation dédiées aux enfants et adolescents | <p>Pratique d'accueil</p> <p>Routine énergétique</p> <p>Les techniques de respiration</p> <ul style="list-style-type: none"> . La respiration : un réflexe naturel qui peut se modifier . La prise de conscience de sa respiration . Les différents types de respiration . La maîtrise de la respiration : l'utiliser et jouer avec <p>Applications pratiques</p> <p>Pratiques en lien avec la sensorialité</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Apports théoriques et diaporama illustré - Questions/réponses <p>Méthodes activo-expérimentales</p> <p>Exercices collectifs dirigés pour une intégration des techniques en profondeur.</p> <ul style="list-style-type: none"> - N°1 : Routine énergétique - N° 2 : Respiration des 3 étages - N° 3 : Respiration dynamique <p>Modalités d'évaluation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vérification par l'intervenant ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel - Echanges en direct sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis, - Ajustement des postures/gestes/mots - Débriefing - Questions/réponses |
| Utiliser les techniques de visualisation dans les séances de sophro-relaxation dédiées aux enfants et adolescents | <p>Pratique de visualisation</p> <p>La réceptivité et la sensorialité</p> <ul style="list-style-type: none"> . Le développement de la réceptivité . L'activation de la sensorialité . La suggestion des sensations <p>Les images, la visualisation</p> <ul style="list-style-type: none"> . L'activation de l'optimisme . La confiance et l'espoir . Applications spécifiques à l'enfant énergique, l'enfant passif, l'enfant anxieux <p>Pratiques en lien avec la sensorialité</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Apports théoriques et diaporama illustré - Questions/réponses <p>Méthodes activo-expérimentales</p> <p>Exercices pratiques collectifs dirigés sur tapis de sol.</p> <ul style="list-style-type: none"> - N°1 : Relaxation allongée - N° 2 : Visualisation - N° 3 : Pleine présence - N° 4 : Reconnaissance sensorielle <p>Modalités d'évaluation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vérification par l'intervenant ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel - Echanges en direct sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis, - Ajustement des postures/gestes/mots - Débriefing - Questions/réponses |
| Bilan | <p>Table ronde</p> <p>Evaluation individuelle des acquis de fin de formation</p> <p>Bilan de la formation</p> | <p>Echanges avec les participants</p> <p>QCM des acquis de fin</p> <p>Fiche d'évaluation de la qualité</p> |

Objectif principal

Adapter les séances d'hypnose aux particularités des enfants et des adolescents en maîtrisant les principes généraux et expérimentant les techniques

Intervenant

Docteur Pierre LELONG, médecin

Durée

2 jours –14 heures

| | | |
|----------------|---|---------------|
| Accueil | Présentation de la formation, des objectifs, des participants et de leurs besoins en formation. Point organisationnel | Tour de table |
|----------------|---|---------------|

| Compétences visées | Contenus développés | Méthodes utilisées |
|--|---|---|
| Maîtriser les aspects généraux de l'hypnose | <p>De l'auto-hypnose à l'auto-activation</p> <ul style="list-style-type: none"> . Définitions et fixation des objectifs de la rencontre . Les indications de l'auto-activation chez les enfants et adolescents . Les apports de l'auto-activation et axes principaux de travail <p>Aspects généraux de l'accompagnement</p> <ul style="list-style-type: none"> . Le cadre de travail . La rencontre . Les séances adaptées en fonction de l'âge et du contexte <p>La posture du patient et du thérapeute</p> <p>Révision des principes de base de l'auto-activation</p> <ul style="list-style-type: none"> . Prise de conscience et de l'attention . Révision des signes d'Activation . Description d'une séance | <ul style="list-style-type: none"> - Apports théoriques et diaporama - Questions/Réponses <p>Exercices pratiques collectifs :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Révision de la technique d'activation supposée acquise. <p>Modalités d'évaluation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vérification par l'intervenant de la réalisation correcte du savoir-faire - Echanges sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis - Ajustement des postures/gestes/mots - Questions/Réponses |
| Utiliser différentes techniques d'auto-hypnose ou auto-activation d'attention chez les enfants et adolescents | <p>Pratique d'accueil : position de travail</p> <p>Les techniques</p> <ul style="list-style-type: none"> . Le Corps-Esprit . Les mouvements, les signes d'activation . La présence attentionnelle . Différentes postures <p>Démonstrations par la pratique.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Apports théoriques et diaporama - Questions/Réponses <p>Méthodes activo-expérimentales</p> <p>1°/Exercices collectifs</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis <p>2°/Exercices en binôme des participants</p> <p>Modalités d'évaluation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vérification par l'intervenant de la réalisation correcte du savoir-faire - Echanges sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis - Ajustement des postures/gestes/mots - Questions/Réponses |

| Compétences visées | Contenus développés | Méthodes utilisées |
|--|--|---|
| Utiliser différentes techniques d'auto-hypnose ou auto-activation, d'attention chez les enfants et adolescents | <p>Pratique d'accueil : position de travail</p> <p>Les techniques différentes d'induction, d'activation</p> <ul style="list-style-type: none"> . La respiration : . La prise de conscience de la respiration . Fixation d'attention <p>Applications pratiques :</p> <p>Pratiques en lien avec les différentes sensorialités et de l'objectif de travail.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Apports théoriques et diaporama - Questions/réponses <p>Méthodes activo-expérimentales</p> <p>1°/Exercices collectifs ou à partir d'un film :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis <p>2°/Exercices en binôme des participants</p> <p>Modalités d'évaluation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vérification par l'intervenant de la réalisation correcte du savoir-faire - Echanges sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis - Ajustement des postures/gestes/mots - Questions/Réponses |
| Utiliser différentes techniques d'auto-hypnose ou auto-activation d'attention chez les enfants et adolescents | <p>Pratique</p> <p>L'attention</p> <p>La réceptivité et sensorialité</p> <ul style="list-style-type: none"> . L'activation de la sensorialité . La suggestion, les sensations, les émotions <p>Les images, métaphore</p> <ul style="list-style-type: none"> . L'activation . Applications spécifiques à l'enfant et Ados <p>Pratiques en lien avec la sensorialité et l'objectif de travail</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Apports théoriques et diaporama - Questions/réponses <p>Méthodes activo-expérimentales</p> <p>1°/Exercices collectifs ou à partir d'un film :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis <p>2°/Exercices en binôme des participants</p> <p>Modalités d'évaluation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vérification par l'intervenant de la réalisation correcte du savoir-faire - Echanges sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Partage des ressentis - Ajustement des postures/gestes/mots - Questions/Réponses |
| Bilan | <p>Tour de Table : Questions / Réponses</p> <p>Evaluation individuelle des acquis de la formation</p> <p>Bilan de la formation</p> | <p>Echanges avec les participants</p> <p>Post test des acquis de fin</p> <p>Fiche d'évaluation.</p> |

Objectif principal

Adapter les séances d'EFT aux particularités des enfants et des adolescents en maîtrisant les principes généraux et expérimentant les techniques.

Intervenant

Jean-Michel GURRET, Psychothérapeute

Durée

4 jours – 28 heures

| | | |
|----------------------------------|---|--------------------------------|
| Accès à la plateforme e-learning | Inscription pour accéder à la formation en ligne comportant : - plusieurs chapitres progressifs. - des quiz de progression, pour réviser les notions importantes, et passer d'un chapitre au suivant. - un accès à une bibliothèque de téléclasses | En ligne |
| Accueil et bilan de début | Présentation de la formation pratique et de votre formateur Evaluation des pré-acquis. | En ligne QCM des pré-acquis |

14 heures : la formation distancielle (e-learning + téléclasse)

| Compétences visées | Contenus développés | Méthodes utilisées |
|--|---|---|
| <p>Notion de bases :</p> <p>Maîtriser les notions d'émotion et d'intelligence émotionnelle</p> | <p>Séquence 1 : Notions de base Les émotions La construction de émotions chez l'enfant Le cerveau de l'enfant L'attachement en bref Les psycho-traumas et leur impact sur la santé et la scolarité Les pleurs de la petite enfance Le signalement</p> | <p>Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>En ligne sur plateforme e-learning</p> |
| <p>L'EFT en action : la théorie</p> <p>Traiter toutes les interrogations et accéder aux ressources</p> | <p>Séquence 2 : L'EFT en action L'EFT avant la naissance de l'enfant Les tous petits de 0 à 6 ans L'EFT avec les petits de 1 an à 6 ans Pré-ados et ados Aidez votre enfant à mieux vivre ses émotions</p> <p>Séquence 3 : les télé-classes Télé-classe périodique : le rendez-vous mensuel pour répondre aux interrogations individuelles et compléter le cours en ligne Accès aux téléclasses précédentes Accès à l'ensemble des études publiées en langue anglaise</p> | <p>Apports théoriques et diaporama illustré Vidéo de démonstration Apprentissage par observation Vidéos de démonstration</p> <p>Démonstration du formateur avec un volontaire → Apprentissage par observation Pratique de l'EFT et traitement des inversions psycho-énergétiques → Questions / Réponses en direct via plateforme Zoom → Synthèse et débriefing de groupe</p> |

14 heures : la formation en présentiel

| Compétences visées | Contenus développés | Méthodes utilisées |
|---|--|--|
| <p>Pratiquer l'EFT avec les tout petits</p> | <p>Séquence 4 : L'EFT avant la naissance L'EFT par procuration - les 7 étapes de l'éco-méditation</p> <p>Séquence 6 : L'EFT avec les nouveau-nés Par verbalisation simple et stimulations douces Par la pratique à la place du bébé</p> | <p>Diaporama illustré et questions/réponses</p> <p>Démonstration et exercices Jeux de rôles en binôme patient / thérapeute ou en trinôme patient / thérapeute / observateur</p> <p>Débriefing collectif : déroulement</p> |

| Compétences visées | Contenus développés | Méthodes utilisées |
|--------------------------------------|--|--|
| Pratiquer l'EFT avec les 0-2 ans | <p>Séquence 7 : L'EFT avec les 0-2 ans : tapping simplifié et phrases positives</p> <ul style="list-style-type: none"> . Contribution au bon attachement . L'EFT selon les types d'attachement . Tenir ou masser les points. . Différentes applications (colères, terreurs nocturnes, anxiété). . Travailler sur le trauma des naissances difficiles ou les traumas intra-utérins. . Travailler avec les mères sur la culpabilité ressentie (et le stress) durant la grossesse. | <p>Diaporama illustré et questions/réponses</p> <p>Démonstration et exercices Jeux de rôles en binôme patient / thérapeute ou en trinôme patient / thérapeute / observateur</p> <p>Débriefing collectif : déroulement du protocole 0-2 ans</p> |
| Pratiquer l'EFT avec les 2-6 ans | <p>Séquence 8 : L'EFT avec les 2-6 ans</p> <ul style="list-style-type: none"> . Stratégies pour obtenir leur contribution . Création du lien thérapeutique (différentes techniques). . Ciblage adapté aux enfants (se centrer sur les faits et les ressentis corporels). . Travailler avec l'aide des parents. . Les outils : <ul style="list-style-type: none"> . La métaphore des petites portes . Les points magiques . L'utilisation de l'objet transitionnel . L'EFT en miroir de l'enfant . La trousse de secours express . Le travail sur des comportements à problèmes précis: <ul style="list-style-type: none"> . L'EFT appliquée aux enfants anxieux; . L'EFT appliquée à la phobie scolaire; . L'EFT appliquée aux TDHA | <p>Diaporama illustré et questions/réponses</p> <p>Illustration – expérience en Haïti <i>Pratique avec 1 enfant, pratique de groupe</i></p> <p>Etude de cas pratiques :</p> <ul style="list-style-type: none"> - anxiété sociale - Phobie scolaire - Bégaïement <p>Démonstration et exercices Vidéo Jeux de rôles en binôme patient / thérapeute ou en trinôme patient / thérapeute / observateur</p> <p>Débriefing collectif : déroulement des protocoles 2-6 ans</p> |
| Pratiquer l'EFT avec les adolescents | <p>Séquence 9 : L'EFT avec les adolescents : notion d'inversion psychologique</p> <ul style="list-style-type: none"> . Préparation aux examens . Travail sur la phobie scolaire. . Peur pour une prise de parole . Gestion d'un chagrin d'amour <p>Séquence 10 : L'EFT avec les parents</p> <ul style="list-style-type: none"> . Psychoéducation des parents sur les changements à venir et utilisation de l'EFT sur eux-mêmes. . La recherche de l'enfant intérieur . Le renforcement du sentiment de sécurité pour mieux accueillir les émotions des enfants | <p>Diaporama illustré et questions/réponses</p> <p>Démonstration et exercices en binômes</p> <ul style="list-style-type: none"> . Test de résistance au changement . Exercices des affirmations positives <p>Débriefing collectif : déroulement des différents protocoles</p> |
| Bilan | <p>Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin de formation Bilan de la formation</p> | <p>Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité</p> |

Intervenants

Une équipe d'intervenants de haut niveau – médecin, psychologues, psychothérapeutes - qui ont tous une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics :

Docteur Pierre LELONG

- Docteur en médecine.
- Vice-Président du C.I.T.A .C : Collège International des Thérapies d'Activation de Conscience
- Chargé de cours dans l'enseignement du Diplôme d'Université (DIU) d'Hypnose Clinique à la Faculté de Médecine du Kremlin-Bicêtre.
- Chargé de cours dans l'enseignement du Diplôme Universitaire (DU) Stress Anxiété à l'université de Lille 2.

Jean-Michel GURRET

- Psychothérapeute, validé ARS.
- Praticien et formateur EFT (Emotional Freedom Techniques ou Techniques de Libération Émotionnelle), certifié EFT Universe, APEC et ACEP. Master en hypnose Éricksonienne.
- Fondateur de l'Institut Français de Psychologie Énergétique Clinique.
- Traducteur et adaptateur du Manuel de l'EFT de Gary Craig, fondateur de la technique.
- Auteur de plusieurs ouvrages sur l'EFT :
 - Libération émotionnelle par l'EFT (Thierry Souccar Edition)*
 - Maigrir et rester mince avec l'EFT (Delétraz)*
 - Libérez-vous de vos peurs grâce aux techniques énergétiques (Leduc)*
 - Gérer le stress et l'anxiété avec l'EFT (Leduc)*
 - Aidez votre enfant à mieux vivre ses émotions avec l'EFT (Leduc)*



Sylvie DASSONVILLE

- Psychologue - Psychologue du travail (Université de Lille 3).
- Sophrologue – Diplôme Universitaire de Sophrologie (Service Commun de Formation Permanente de l'Université de Lille 2).
- Responsable et chargée d'enseignement dans le Diplôme Universitaire de Sophrologie au service commun de formation permanente de l'université de Lille.
- Praticienne EFT et Matrix Reimprinting (Institut Français de Psychologie Energétique - Paris).

Charlotte BUSANA

- Psychologue clinicienne et psychothérapeute cognitivo-comportementaliste
- Spécialisée dans le travail avec l'enfant, l'adolescent et leur entourage
- Cofondatrice de "ICI", centre de formation dédié à la thérapie, l'éducation et la pleine conscience
- Enseignante et superviseuse dans les certificats d'université à l'Université Catholique de Louvain en Interventions psychologiques basées sur la pleine conscience (filiales adulte et enfant) et en Animation de groupe basée sur la pleine conscience pour l'enfant, l'adolescent et leur entourage.

Validation

Le *Cycle Expert* est ancré dans une triple démarche multidisciplinaire et intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérientiel.

Pour chaque module du Cycle

A l'issue de chaque module du Cycle Expert, le professionnel recevra un Certificat de réalisation d'action de formation sous réserve de l'assiduité aux journées. Ce certificat reprend les éléments clés de la formation : intitulé, durée, nom du/des intervenant(es), objectif principal.

En complément, une Attestation de formation pourra être délivrée sous réserve de satisfaire aux critères d'évaluation de la formation analysés au travers des questionnaires de début et de fin de formation.

Pour le Cycle

A l'issue du Cycle Expert, le professionnel recevra un **Certificat de réalisation d'action de formation** sous réserve de l'assiduité aux journées. Ce certificat reprend les modules suivis : intitulé, date, nom de l'intervenant.

En complément, une **Attestation de formation** pourra être délivrée sous réserve de satisfaire aux critères d'évaluation du Cycle analysés au travers des questionnaires de début et de fin de formation de chaque module.

Reconnaissance

SYMBIOFI est enregistré sous le numéro 31 59 06883 59 auprès du préfet de région Nord-Pas de Calais, certifié QUALIOPi et habilité à délivrer des actions de formation ANDPC :



Les +

APPUI HOSPITALO-UNIVERSITAIRE

Notre formation bénéficie de la dynamique universitaire . Elle est basée sur un ensemble de programmes délivrés lors des Diplômes Universitaires des Facultés de Médecine de Lille et Louvain.



EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

La formation est :

- conçue et animée par une équipe d'experts - médecin, psychologues et psychothérapeutes agréés - ayant tous une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics ;
- interactive avec un ensemble de logiciels interactifs innovants, primés par le ministère de la Recherche, validés et utilisés par de nombreux professionnels, dont certains intègrent des technologies brevetées par le CHU de Lille : www.symbiocenter.fr;
- centrée sur l'acquisition d'outils concrets et utiles, permettant au professionnel - quel que soit son niveau dans sa vie professionnelle - de les transmettre dans sa pratique afin d'obtenir des effets positifs et durables sur sa patientèle / clientèle;
- délivrée à des groupes restreints afin de favoriser la qualité de l'enseignement et de privilégier les échanges multidisciplinaires.

POSSIBILITÉ D'ÊTRE FORMÉ(E) EN MODE DISTANCIEL SYNCHRONE

- Certains modules de cette formation sont possibles en mode distanciel, sous la forme visio-live synchrone.
- Symbiofi propose une installation professionnelle : multi-caméras, prise de son d'ambiance, et intervenant, écran TV en fonds de salle pour le retour des stagiaires distanciels, sous salles physiques et virtuelles pour les travaux en sous-groupe (cas pratiques, exercices, jeux de rôle, etc.)

SUPPORTS

- Téléchargement de nombreux supports de formations sur chacun des modules.

PLATEAU TECHNIQUE

Un plateau technique de formation de 240 m², dédié, multi-espaces (théorie, pratique, restauration) au cœur du CHRU de Lille.



Bâtiment passif éco-responsable
Basse consommation énergie
Structure bois permettant à la fois de créer une ambiance chaleureuse et de diminuer le bilan carbone



Espace de théorie
Chaises tablette écritoire
Vidéos projecteur plafond
Enceintes
Paper board digital



Espace de pratique
Tablettes numériques SymbioCenter
Tapis de sol + couvertures
Briques de yoga



Espace de restauration
Réfrigérateur
Micro-ondes
Cafetières, théières

Et aussi

L'ACCÈS GRATUIT À LA PLATEFORME WEB SYMBIOCENTER

Les stagiaires pourront bénéficier d'1 accès gratuit d'une durée de 30 jours à la plateforme web innovante et interactive SymbioCenter pour compléter efficacement la prise en charge et le suivi de leurs patients en santé mentale et émotionnelle

<https://www.symbiocenter.fr/>

The screenshot shows the SymbioCenter website interface. At the top, there is a navigation menu with links: Accueil, Solutions, Usages, Équipe, Offres, Formations, Contact. On the right, there are buttons for 'Espace patient' and 'Espace pro'. The main content area features a banner with the heading 'Pour une meilleure prise en charge du stress et des troubles anxio-dépressifs' and a sub-heading 'Impliquez vos patients en consultation & à domicile avec des ressources thérapeutiques validées'. Below this is an orange button labeled 'Tester gratuitement'. To the right of the text is an image of a computer monitor displaying the SymbioCenter interface, a keyboard, and a mouse. Below the banner is a section titled 'Disposez-vous de toutes les ressources nécessaires pour accompagner vos patients ?' followed by a table of statistics:

| PRÉVENIR | ÉVALUER | ACCOMPAGNER | MONITORER |
|----------|------------|-------------|------------------------|
| 57 | 6 | 86 | 2 |
| Échelles | Programmes | Exercices | Indices physiologiques |

Le SymbioCenter propose aux professionnels de l'aide et de l'accompagnement d'encadrer, d'individualiser et de suivre des programmes d'e-thérapies selon les besoins spécifiques de leurs patients.

Pour combattre et prévenir le stress et les troubles anxieux-dépressifs, ainsi que leurs effets négatifs sur les troubles somatiques et psychiques, le SymbioCenter ouvre des perspectives novatrices de développement des ressources émotionnelles et comportementales des patients en santé mentale et physique.

Le service e-thérapie, partenaire des professionnels, pour une meilleure prise en charge des troubles anxiodépressifs, du stress et des comorbidités associées

Impliquez vos patients,
en consultation et au
domicile, avec des outils
d'e-thérapie validés

pour combattre la
tempête des
symptômes
physiques,
psychologiques,
et émotionnels

Solution pour
les professionnels
de l'accompagnement
www.symbiocenter.fr

Symptômes physiques

Troubles du sommeil, troubles alimentaires, douleurs, sensations d'essoufflement, d'oppression...

Symptômes émotionnels

Sensibilité et nervosité accrues, angoisse, excitation, tristesse, troubles anxio-dépressif, mal-être...

Symptômes intellectuels

Perturbation de la concentration, difficultés à prendre des décisions, altération de la relation sociale...

DES CHIFFRES ALARMANTS !

- 20 millions de personnes sont concernées par une maladie chronique, soit 35% de la population
- 5 millions de français consomment des psychotropes
- 2 millions souffrent d'une maladie psychiatrique
- 10% des adultes ont souffert d'une dépression sur les 12 derniers mois et 13% de troubles anxieux généralisés
- 200 000 tentatives de suicide et 10 000 morts par an
- Le trouble mental au 3ème rang des maladies fréquentes et en 2^{ème} deuxième position des dépenses de santé



Lutter contre la chronicisation dangereuse

- Déficience du système immunitaire
- Insomnies
- Complications psychiatriques
- Troubles cardio-vasculaires
- Maladies digestives
- Troubles dermatologiques

Vous accompagnez votre patient sur 4 niveaux de ressources :

- ① évaluations psychométriques
- ② monitoring physiologique
- ③ programmes thérapeutiques
- ④ téléconsultation & chat

avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de suivi

Valorisation
de la recherche
hospitolo-universitaire

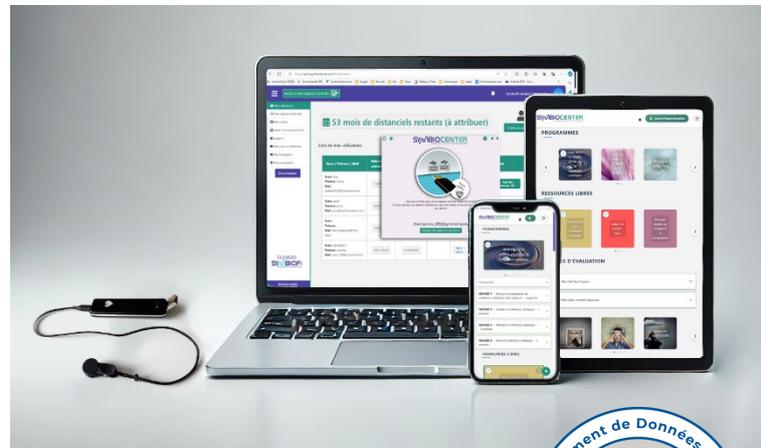


L'espace professionnel de gestion

- Individualiser par patient le parcours digital non médicamenteux
- Suivre son observance, ses résultats et progrès
- Utiliser en séance présenteielle ou inter-séances
- Recevoir des notifications, communiquer par chat

L'espace d'activités thérapeutiques

- 60 échelles psychométriques validées, 2 bilans psychologiques flash : *repérer et évaluer*
- 2 indices physiologiques (cohérence cardiaque et lâcher-prise) avec biofeedback : *monitorer*
- 6 protocoles cliniques structurés pour l'apprentissage sur 8-12 semaines et plus de 100 exercices libres : *entraîner et prendre en charge*



L'Hébergement Données de Santé

- Assurer la sécurisation de vos données

La réponse à vos besoins professionnels

- Renforcer l'alliance thérapeutique et la relation fonctionnelle d'aide et de confiance au patient
- Proposer un complément thérapeutique innovant et accroître *la satisfaction patient*
- Rendre le patient actif dans la prise en charge et améliorer l'observance par le travail en inter-séances
- Evaluer les activités et les progrès par les données de suivi et tableaux de résultats
- Encadrer le patient sur l'émergence du numérique en santé mentale



L'appui hospitolo-universitaire

Des protocoles interactifs validés par des professionnels reconnus, soucieux de l'éthique, de la confidentialité et de l'aide aux patients.

La solution responsabilisante

Des programmes basés sur l'implication et la responsabilisation vis-à-vis de sa santé : être acteur du changement pour acquérir de nouvelles compétences émotionnelles.

La santé globale

Des exercices concrets et efficaces pour agir sur les émotions, les comportements et le corps avec une vision active et préventive : la santé durable.