

PROGRAMME DE FORMATION n°243030E **« La nature comme support thérapeutique »**

I. CENTRE DE FORMATION

Société « Pascal EI – PSYFORMATION »

21 rue Saint-Hérem

63000 Clermont Ferrand

Téléphone : 04.68.91.87.94 - Email : contact@psyformation.com

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 84630474463 auprès du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes – *cet enregistrement de vaut pas agrément de l'Etat*

N°Siret : 490 604 519 00085 – code NAF : 8690F

Nom de la personne à contacter : Mr Pascal OLIVIER – Dirigeant

II. ACTION DE FORMATION

Intitulé : « La nature comme support thérapeutique »

Description et détail :

- L'écopsychothérapie fait une place au contact avec la nature. Elle propose une approche triangulaire: le patient crée d'une part un lien humain sécurisant avec le thérapeute et d'autre part un lien avec le monde vivant qui stimule, voire libère, sa sensorialité et lui offre des possibilités d'expériences où découvrir son monde intérieur.
- Accompagné par le thérapeute, le patient chemine à son rythme dans ce triangle où la nature joue le rôle de médiateur, pour aller à la rencontre de lui-même et de ses besoins profonds.
- Le paysage naturel peut jouer le rôle d'un écran où projeter son monde intérieur (projection), mais aussi d'un partenaire d'interactions stimulantes (introjection)
- Cette formation vous apprend donc à intégrer la nature comme support thérapeutique.
- Elle fait partie du domaine de l'écopsychologie qui se trouve à la charnière entre les sciences naturelles et les sciences humaines.
- L'écopsychologie se fonde, entre autres, sur la pensée systémique, la psychologie humaniste, la psychologie environnementale et la psychanalyse (Romanens & Guérin, 2022).
- Ce qui nous intéresse ici, c'est la dimension de la relation qui existe entre l'humain et la nature et de quelle manière cette relation nous aide à reprendre contact avec notre propre nature ou autrement dit, avec soi-même.

Document actualisé le 13/11/2023

Objectifs de la formation :

- Expérimenter plusieurs pratiques d'accompagnement en lien avec la nature, pour les transposer dans son contexte professionnel
- Apprendre à créer ses propres exercices, en partant de son bagage professionnel et de ses compétences.

Objectifs pédagogiques de la formation :

- Savoir différencier la philosophie et les principes directeurs de l'écopsychologie ainsi que de l'écopsychothérapie.
- Maîtriser le déroulement d'une intervention thérapeutique dans la nature, savoir identifier les étapes à suivre.
- Être en capacité de mettre en pratique tous les exercices proposés pendant la formation et de mémoriser leur structure.
- Savoir expliquer la valeur ajoutée de la nature à un client.
- Connaître et maîtriser les 20 questions fondamentales pour pratiquer l'écothérapie.
- Savoir créer un exercice un lien avec la nature, en partant de son bagage professionnel et de ses compétences, en combinant la méthode déductive et la méthode intuitive.

Programme des six journées :

Jour 1 : les fondamentaux

Matin :

10h-13h

- Tour de table
- Explication du programme et du déroulé de la semaine
- Exercice dans la nature pour se présenter, faire connaissance et peaufiner ses attentes de la formation
- 11h30-11h45 : Pause
- Expérimenter les fondamentaux 1 au 5 (par deux)
- Tour de table

Après-midi

14h30-18h

- Théorie des fondamentaux 1 au 5, retour sur l'exercice
- Expérimenter les fondamentaux 6 au 12 (par deux)
- 16h-16h15 : Pause
- Théorie des fondamentaux 6 au 12, retour sur l'exercice
- Tour de table

Document actualisé le 13/11/2023

Jour 2 : Suite des fondamentaux + 3 exercices de base

Matin :

9h-12h30

- Tour de table
- Méditation dans la nature
- Expérimenter les fondamentaux 13 au 20 (par deux)
- 10h30-10h45 : Pause
- Théorie des fondamentaux 13 au 20, retour sur l'exercice

Après-midi

14h-17h

- Théorie : comment structurer un coaching en lien avec la nature ?
- Exercice par deux sur la prise de décision
- 15h30-15h45 : Pause
- Exercice par deux sur l'analyse de problème
- Retour sur les exercices
- Tour de table

Jour 3 : la création « mentale »

Matin

9h-12h30

- Tour de table
- Méditation dans la nature
- Comment créer un exercice : méthode mentale
- Création d'un exercice
- 10h30-10h45 : Pause
- Exécution de l'exercice
- Retour sur l'exercice
- Tour de table

Après-midi

14h-17h

- Création d'un deuxième exercice et exécution de l'exercice
- Retour sur l'exercice
- 15h30-15h45 : Pause
- Exemple d'un exercice de groupe
- Théorie sur la philosophie et les principes directeurs
- explication des exercices à pratiquer à la maison
- Tour de table

Jour 4 : la création « intuitive »

Matin

10h-13h

- Tour de table
- Retour sur les exercices pratiqués à la maison
- Méditation dans la nature
- 11h30-11h45 : Pause
- Comment créer un exercice : méthode créative en connexion avec son ressenti et la nature

Après-midi

14h30-18h

- Exécution d'un exercice créé le matin
- Retour sur l'exercice
- 16h-16h15 : Pause
- Exécution d'un deuxième exercice créé le matin
- Retour sur l'exercice
- Tour de table

Jour 5 : créer en autonomieMatin9h-12h30

- Tour de table
- Méditation dans la nature
- Comment créer un exercice en suivant le flow naturel
- Exécution d'un exercice créé

Pause

- Retour sur les exercices
- Création de son exercice personnel en lien avec son métier et son bagage professionnel

Après-midi14h-17h

- Tour de table
- Création de son exercice personnel : suite

Pause

- Exécution des exercices créés par les stagiaires
- Evaluation des exercices créés
- Tour de table

Jour 6 : suite + les rituelsMatin9h-12h30

- Tour de table
- Exécution des exercices créés par les stagiaires (suite)
- Evaluation des exercices créés

Pause

- Exécution des exercices créés par les stagiaires (suite)
- Evaluation des exercices créés

Après-midi14h-17h

- Exécution des exercices créés par les stagiaires (suite)
- Evaluation des exercices créés

Pause

- Comment créer un rituel avec la nature ? Théorie
- Création du rituel de fin de formation
- Bilan et évaluation de la formation
- Test de validation de fin de formation
- Tour de table

Public concerné :

- Les professionnels du développement personnel
- les coachs
- les psychologues
- les psychothérapeutes (certifié ARS)

Effectifs :

- L'action de formation est organisée pour un groupe de 4 à 10 personnes.

Pré-requis :

- Formation professionnelle déjà acquise - maîtrise des techniques de psychothérapie ou d'accompagnement.
- Justificatifs de formation et/ou de diplômes demandés
- Pouvoir se déplacer à pieds sur une distance de 1 km au minimum en forêt

Document actualisé le 13/11/2023

Formateur - Qualifications :

Mme Ilse Geusens, a une maîtrise en psychologie d'entreprise ainsi qu'en ressources humaines. Elle a exercé pendant 15 ans comme cadre en ressources humaines. En 2009, elle a entamé une formation de 4 ans sur l'application des compétences intuitives et l'intelligence émotionnelle dans le milieu personnel et professionnel en Belgique. Son exploration des dernières années lui a permis de comprendre comment l'intelligence émotionnelle et l'intuition nous aide et nous soutien dans la connexion à la nature. Et plus encore, comment cette nature peut nous aider à se reconnecter à soi.

Depuis 2011, elle est pionnière dans le métier de l'écopsychologie en Belgique, en France et au Québec, combinant écologie et psychologie. Elle fait partie d'un groupe de travail autour de l'écopsychologie en France (www.eco-psychologie.com).

Elle s'est spécialisée dans l'intégration de la nature dans son métier de psychologue. Cette formation a été accréditée par l'Ordre des Psychologues de Québec sous le numéro No AA12345-12

Sa formation académique, son côté rationnel et structuré, sa sensibilité aux tensions propres du patient ainsi que ses compétences pédagogiques lui ont permis de conceptualiser, en contexte de nature, une méthodologie transférable aux professionnel-le-s de la santé mentale.

Date :

2 sessions de trois journées, soit 6 dates au total : 20-21-22 Mars 2024 et 15-16-17 Mai 2024

Lieu :

Gîte à 39800 Plasne – coordonnées précises données lors de l'inscription

Durée et Horaire :

Module de 42 heures réparties sur 6 journées.

Les horaires sont répartis de la manière suivante : 10h-18h pour la première et la quatrième journée, puis 9h-17h pour les jours suivants

Délais d'accès :

Inscription possible jusqu'à 15 jours avant le premier jour de la formation

Tarif :

- 200 euros par jour pour une inscription individuelle, + 1h de supervision individuelle en visio obligatoire d'un tarif de 100€, soit un total de 1300€ pour les 6 journées et la supervision individuelle
- 235 euros par jour, + 1h de supervision individuelle en visio obligatoire d'un tarif de 100€, pour une prise en charge par un organisme ou une institution, soit un total de 1510 € pour les 6 journées et la supervision individuelle

Un hébergement est possible sur place (gîte de 9 places), tout comme une cuisine et un frigo pour organiser ses repas. Ces suppléments ne sont pas compris dans le tarif de la formation. Nous contacter pour avoir le détail de ces éléments

Modalités techniques et pédagogiques :

- Expositives : théorie sur la philosophie et les principes directeurs de l'écopsychologie ainsi que du coaching avec la nature
- Interrogatives : feedback permanent entre stagiaire et formateur
- Expérientielle ou expérimentale : pour s'approprier les 20 fondamentaux et les différents exercices de base du coaching avec la nature ; pour s'approprier différentes méthodes de création d'exercices en lien avec la nature
- Actives : partage, échange, débats

Outils pédagogiques :

Dossier de formation papier, reprenant les éléments nécessaires pour cette formation.
26 pages avec :

- Les 14 principes de base dans le travail de reliance à la nature
- Les 16 étapes de base d'un accompagnement
- Compétences générales et spécifiques du coaching avec la nature
- Les questions fondamentales pour pratiquer le coaching par la nature
- Une bibliographie

Contrôle des pré-requis avant formation :

- Maîtrise des techniques de psychothérapie ou d'accompagnement
- Un justificatif sera demandé
- Concernant cette formation spécifique, un pré-requis est demandé concernant la mobilité physique de marche en forêt.
- Dans le cadre de notre politique d'amélioration continue, chaque stagiaire devra remplir un questionnaire avant le début de la formation, afin d'identifier les forces et faiblesses de l'apprenant sur les différents sujets portant sur la formation, afin d'adapter cette dernière au public formé.

Moyen de contrôle de l'assiduité :

Une feuille d'émargement sera signée par le formateur, ainsi que chaque participant à l'issue de chaque demi-journée de formation

Contrôle des connaissances et appréciation des résultats :

- Les 2 dernières journées de la formation, chaque stagiaire crée un exercice en connexion avec la nature, transposable dans sa pratique professionnelle. Exécution et évaluation de l'exercice.
- De plus, chaque stagiaire devra effectuer une évaluation des acquis, sous la forme d'un questionnaire (non anonyme). Chaque participant disposera de la correction de ce questionnaire
- Un compte rendu des exercices créés sera demandé à la fin de la formation
- Niveau de sortie : sans certification.
- Une attestation de suivi de formation sera remise à l'issue de la formation.

Questionnaire de satisfaction de formation :

Au terme du stage, un questionnaire de satisfaction formation sera à remplir pour les stagiaires.

Notre questionnaire de satisfaction a pour but de recueillir des impressions et réactions de chaque participant, afin d'optimiser nos formations.

Document actualisé le 13/11/2023

Handicap :

Lors de l'inscription à nos formations, nous étudions avec le candidat en situation de handicap et à travers un questionnaire les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser son apprentissage. **Merci de bien compléter le questionnaire de pré-formation sur ce chapitre le cas échéant.**

Concernant cette formation spécifique, un pré-requis est demandé concernant la mobilité physique de marche en forêt.

Bibliographie associée :

- *Pour une écologie intérieure* - Marie Romanens et Patrick Guérin
- *Soigner l'esprit, guérir la Terre* - Michel Maxime Egger
- *Ecopsychologie* - Michel Maxime Egger
- *Ecospiritualité* - Michel Maxime Egger
- *Ecopsychologie Pratique Et Rituels Pour La Terre* – Joanna Macy
- *Prévention des risques psychologiques lors d'ateliers de sensibilisation à l'écologie* – Marc Roethlisberger
- *L'écopsychologie. Comment renouer avec la nature pour agir autrement* - Romanens, M. & Guérin, P