

PROGRAMME

Formation à la Méthode LUCIDE. Méthode d'accompagnement à la libération des émotions douloureuses.

Cette formation permet d'acquérir les compétences professionnelles pour accompagner des personnes à soigner leurs blessures émotionnelles conscientes et inconscientes.

Objectifs pédagogiques de la formation

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Maîtriser les compétences conceptuelles sur les effets cognitifs et émotionnels des blessures émotionnelles.
- Conduire la première séance et le début d'un accompagnement vers la libération émotionnelle.
- Accompagner la cicatrisation des blessures émotionnelles.
- Accompagner les consultants coupés de leurs émotions.
- Développer une posture d'accompagnement respectant les principes de non-jugement, non-conseil, non-interprétation dans l'accompagnement.
- Définir et faire respecter le cadre de la relation d'aide.
- Construire et mettre en œuvre une stratégie d'accompagnement adaptée aux besoins du consultant
- Identifier les événements enfouis et accompagner leur cicatrisation

Catégorie de l'action

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 est : Action de formation et a notamment pour objet de favoriser l'adaptation des travailleurs à leur poste de travail, à l'insertion professionnelle, à l'acquisition d'une qualification plus élevée ou encore de favoriser la mobilité professionnelle.

Informations Pratiques

Durée :

Nombre d'heures total : 743 réparties en :

543 heures de rencontre en visio (72 jours de 7h30 et une matinée d'accueil de rencontre).

200 heures de visionnage de vidéos.

Planning : Le planning détaillé avec toutes les dates des journées en visio est disponible sur notre site.

Format de la session : Distanciel - Visio - Groupale.

Tarif : 12 000 Euros (par participant) net de TVA (exonération de TVA selon l'article 293B du Code Général des Impôts).

Effectifs : 4 personnes minimum et 10 personnes maximum.

Public concerné

Tout type de public : Personnes en reconversion professionnelle, salarié, toute personne travaillant dans le secteur de l'accompagnement.

Pré-requis

Cette formation est ouverte à toute personne majeure présentant les dispositions relationnelles suivantes : bienveillance, capacité de remise en question, posture de non-jugement et qualité d'écoute. Ces aptitudes feront l'objet d'une évaluation lors de l'entretien de pré-sélection.

Afin de suivre la formation dans de bonnes conditions et d'atteindre les objectifs pédagogiques visés, il est recommandé de disposer des prérequis suivants :

- Une bonne maîtrise de la langue française, à l'oral comme à l'écrit.
- Une capacité à comprendre et utiliser des formulations complexes.
- Une aptitude à synthétiser une information et à identifier les éléments essentiels d'un discours.
- Des capacités de raisonnement logique, d'analyse et de déduction.
- Une attention particulière à la précision du vocabulaire et au sens des mots utilisés.
- Une capacité à suivre un raisonnement structuré et à mobiliser des compétences de réflexion abstraite.

Pré-sélection :

- Un échange téléphonique et un entretien en visio entre le potentiel futur stagiaire et le formateur aura lieu pour comprendre la situation et les attentes du potentiel futur stagiaire, pour répondre à ses interrogations, pour évaluer la correspondance entre les attentes du potentiel futur stagiaire et la formation. pour évaluer en partie les pré-requis.
- Un examen d'entrée aura lieu avant l'inscription. Durant cet examen, seront évaluées les capacités du potentiel futur stagiaire à faire des résumés de texte, à reconnaître les points importants d'un énoncé et à avoir un raisonnement logique et de déduction.
- Un écrit décrivant les motivations du futur stagiaire pour suivre la formation, sera demandé.

Le formateur se réserve le droit d'accepter ou non une personne en formation si les pré-requis ne sont pas respectés ou si les résultats à l'examen d'entrée ne sont pas suffisants.

Profil de l'intervenant

Lucie ALLARD - Psychologue - Master 2 professionnel de Psychologie Clinique et Psychopathologie - Formatrice du personnel soignant des blocs opératoires du CH de Saint Nazaire et du CHU de Nantes. Exerçant en libéral depuis 2013, ayant une grande expérience de la cicatrisation des blessures émotionnelles.

Programme et déroulé de la formation

- Préparation à la formation :

Envoi d'exercices préparatoires à réaliser en individuel : Évaluation du niveau de connaissances théoriques des stagiaires concernant les psychotraumatismes et leurs effets à court, moyen et long terme. (1h)

- Module 1 : La logique des émotions

Maîtriser les compétences conceptuelles sur les effets cognitifs et émotionnels des blessures émotionnelles. Étale sur 4 semaines. 8 journées de travail personnel, 4 journées de rencontres en visio.

- Module 2 : Mener la première séance et le début d'un accompagnement vers la libération émotionnelle.

Étalé sur 13 semaines. 26 journées de travail personnel, 14 journées de rencontres en visio.

- Module 3 : Accompagner la cicatrisation des blessures émotionnelles.

Étalé sur 17 semaines. 34 journées de travail personnel, 17 journées de rencontres en visio.

- Module 4 : Accompagner les consultants coupés de leurs émotions.

Adopter une posture de non-jugement, non-conseil, non-interprétation dans l'accompagnement. Poser le cadre de la relation d'aide et le faire respecter. Mettre en place une stratégie d'accompagnement. Étale sur 17 semaines. 34 journées de travail personnel, 17 journées de rencontres en visio.

- Module 5 : Accompagner la cicatrisation des événements enfouis.

Étalé sur 23 semaines. 46 journées de travail personnel, 23 journées de rencontres en visio.

Modalités :

- Journées de rencontre en visio-conférence.
- Envoi de matériel vidéo, de powerpoint et d'exercices à distance.
- Un accès à une plateforme dédiée vous sera transmis par mail. Cette plateforme vous permettra :
 - De suivre les journées en présentiel via la visioconférence intégrée
 - Consulter les vidéos, PowerPoint, et tout autre type de support lié à la formation
 - Réaliser en ligne les exercices obligatoires
- Tchat rassemblant le formateur et les stagiaires pour échanger des informations pratiques ou répondre à des questions urgentes des stagiaires, notamment sur les exercices à faire en individuel. Réponse en maximum 2 jours ouvrés.
- En complément sont envoyés des replay d'autres sessions.

Organisation de la formation

- **Lieu de la formation, modalités pédagogiques et moyens techniques :**

- **Contexte de la formation :**

Alternance entre :

- Un travail en totale autonomie, en individuel à partir de matériel vidéo et powerpoint.
- Des rencontres en visio-conférences groupales pour les mises en pratique.
 - Travail en petit groupe (2/3) pour les mises en situation, dans des salles de réunion virtuelle ou en grand groupe.
 - Temps d'échange et questions avec le groupe entier.
- Un envoi hebdomadaire d'exercices en autonomie.

- **Moyens dont le stagiaire doit disposer pour pouvoir suivre la formation :**

Cette formation étant en visioconférence, nécessite : pour chaque participant d'avoir :

- Un ordinateur équipé d'une caméra et une connexion internet stable.
- Le formateur envoie avant le début de formation, à chaque participant, le lien pour se connecter à la salle virtuelle de formation ou le moyen d'y accéder.
- Un endroit calme, une pièce dans laquelle le stagiaire sera seul afin d'assurer la tranquillité de l'espace de formation, et la confidentialité que nécessite certains échanges d'histoires personnelles entre les stagiaires.

- **Méthodes pédagogiques :**

- Exposés théoriques sous la forme de vidéos et de powerpoint à étudier en individuel.
- Temps d'échanges et de questions en groupe après la consultation du matériel théorique.
- Visionnage et analyse de séances réelles enregistrées.
- Supervision, études de cas concrets.
- Exercices en groupe facilitant l'intégration et la maîtrise des concepts.
- Mise en situation en petits groupes ou en grand groupe.
- Évaluations régulières sous la forme d'exercices écrits.
- Auto-évaluation suivie d'un échange avec le formateur après chaque mise en situation.
- Résumé des apprentissages à chaque fin de journée en visio.

- **Supports/outils pédagogiques :**

- Vidéos exposant le contenu théorique de chaque partie de module. Elles peuvent être regardées autant de fois que nécessaire pendant toute la durée de la formation.
- Powerpoint correspondant au contenu théorique présenté dans les vidéos.
- Enregistrements de séances d'accompagnement.
- Fiches résumées.
- Replay d'autres sessions, exposant du contenu théorique et pratique.
- Séances simulées par le formateur.
- Mises en situation à partir des situations concrètes de chaque stagiaire ou de problématiques virtuelles.

Moyens de suivi de l'exécution de l'appréciation des résultats de la formation

- **Moyens de suivi de l'exécution de l'action :**
 - Feuilles d'émargement
 - Certificat de réalisation de l'action de formation.
- **Modalités d'appréciation des résultats de la formation :**
 - Évaluations des acquis des apprenants :
 - Exercices à rendre par écrit tout au long de la formation : Dialogues fictifs à réaliser. Questions écrites.
 - Les notes seront selon le barème suivant : 1 : non acquis, 2 : en cours d'acquisition, 3 : Acquis.
 - Évaluation de la formation par les stagiaires :
 - Tour de table régulier permettant l'expression du ressenti des stagiaires.
 - Un retour est demandé régulièrement aux stagiaires sur les changements immédiats à mettre en place, concernant les modalités pédagogiques.
 - Questionnaire de satisfaction distribué aux stagiaires en fin de formation.

Modalités et délais d'accès :

Pour toutes nos formations, merci de vous inscrire en nous contactant par téléphone et/ou par mail. Votre demande d'inscription sera traitée dans un délai de 7 jours ouvrés.

L'inscription est réputée acquise lorsque :

- Vous avez passé avec succès l'examen d'entrée.
- L'entretien avec le formateur a été validé.
- Le contrat de prestation est retourné signé.
- Un écrit présentant notamment les motivations a été reçu (Dans le dossier de présélection).

Référent de la formation :

Pour tout renseignement et inscription veuillez contacter Lucie ALLARD au 06 30 68 17 44 ou par mail alapsyschool@gmail.com (laisser le numéro de téléphone afin que le rappel soit possible).

Dates de la formation :

Le module présenté est formulé en inter. Les dates mentionnées dans le contrat/convention sont celles présentées sur les planning consultables sur notre site.

Accessibilité/handicap :

Cette formation est accessible à la plupart des personnes en situation de handicap. Notre référent en la matière Lucie ALLARD (06 30 68 17 44), se tient à votre écoute pour évaluer la faisabilité de votre projet de formation et anticiper les éventuels aménagements nécessaires et possibles.

Suite à donner :

Cette attestation n'est certifiante en aucune manière.

Le stagiaire pourra exercer en tant que « Psychopraticien en libération des émotions » : il s'agit d'une profession non réglementée et non soumise à l'obtention d'une certification. Il pourra exercer avec le code APE 8690F couvrant les activités de

santé humaine non classées ailleurs (éventuellement exercées hors du cadre réglementé).