

CATALOGUE

DES FORMATIONS

EN PSYCHOLOGIE

PARIS - LYON 2020 •
& A DISTANCE • 2021



Formations opérationnelles
en psychologie appliquée

WWW.CHRYSIPPE.ORG

L'édito de Michael Pichat

Dirigeant du cabinet Chrysippe
Docteur et chercheur en psychologie - Universitaire



Chrysippe, c'est une équipe de chercheurs & praticiens passionnés et porteurs d'une vision novatrice de la psychologie. Ancrés dans le constructivisme, nous aidons nos patients et coachés à élaborer de nouvelles visions du monde plus aidantes et satisfaisantes.

Nous proposons aux praticiens (psychologues, psychothérapeutes, coachs, personnel médical, etc.) des certifications et diplômes opérationnels et innovants, basés sur la recherche internationale actuelle, à laquelle nous contribuons avec notre propre activité

interne de Recherche et Développement :

- Création du programme Upolepsis visant à **s'affranchir de la construction mentale négative** des situations (c'est-à-dire des jugements de valeurs négatifs plaqués sur elles) afin de développer son bien être et de gagner en sérénité. Programme issu de la psychologie stoïcienne et en cours de développement universitaire;
- Utilisation de la réalité virtuelle et de capteurs électro-physiologiques afin de mieux gérer ses pensées envahissantes (**défusion cognitive**), en collaboration avec des Universités et des Centres Hospitaliers Universitaires de la région Auvergne-Rhône-Alpes;
- Articulation innovante des référentiels cognitivo-comportemental & systémique et intégration des nouvelles pratiques managériales collaboratives et humanistes (psychologie positive) en coaching, dans le cadre de 3 diplômes originaux en partenariat avec l'Université Paris-Dauphine;
- Utilisation des technologies de data visualization et d'instruments mathématiques spécifiques pour élaborer un nouveau type d'évaluation psychologique ou professionnelle : la « **cartographie mentale** » des principales catégories de pensée à travers lesquelles un individu filtre et reconstruit son environnement;
- Développement de programmes « Bien-être en entreprise » scientifiquement évalués; dont le programme CARE en **psychologie positive** de Rebecca Shankland et Christophe André, que nous avons opérationnalisé en version e-learning;

Notre particularité étant de transformer le fruit de ces recherches en formations opérationnelles centrées sur l'outillage technique et l'application immédiate.



Informations & Inscription

administration@chrysippe.org

09.62.60.48.94

A propos de nos formations

Rien ne vaut la pratique

Que vous choisissiez une certification, un module court, un diplôme universitaire ou un programme en ligne, chaque formation a été conçue pour vous permettre de maîtriser rapidement tous les outils présentés. Notre objectif est que vous soyez capable de pratiquer directement à l'issue de chacune de nos formations. Pour cela, nos programmes sont composés de **25% de contenu théorique** et de **75% de pratique**. A l'issue de la formation, vous obtenez une certification qui atteste de la validation de vos acquis conceptuels, méthodologiques et pratiques.

Un format adapté aux enjeux actuels

Nos formations peuvent être **suivies à distance en format e-learning** pour vous permettre de progresser à votre rythme et dans le respect des mesures sanitaires actuelles.

Des contenus scientifiquement validés

Nous proposons aux praticiens (psychologues, psychothérapeutes, coachs, personnel médical, etc.) des certifications et diplômes innovants, **basés sur la recherche internationale actuelle en sciences humaines et sociales**, à laquelle nous contribuons avec notre propre activité interne de Recherche et Développement.

Une équipe de professionnels passionnés

Nos formateurs sont tous des professionnels accomplis dans leur domaine et passionnés par les sciences humaines. La plupart dispense également des cours à l'université. Ils ont à cœur de mettre en place une **réelle pédagogie individualisée** entre autre durant les supervisions individuelles de la pratique intégrées à nos certifications et diplômes.

Ils nous ont fait confiance

« Le Cabinet Chrysippe m'a été recommandé par un confrère psychologue. Il m'avait présenté de façon élogieuse la qualité de l'enseignement de cette «start-up» si innovante ! Je dois dire que je suis enchantée d'avoir croisé sur mon chemin une équipe aussi professionnelle, sympathique et prévenante. Nul doute que je reviendrai. Pour moi, le Cabinet Chrysippe est devenu un réel partenaire auprès de qui j'apprends à développer des pratiques d'accompagnements innovantes, conçues pour favoriser la réussite des objectifs des patients. »

**Virginie - Psychologue clinicienne -
Certification « Praticien des TCC 3ème vague »**

« Je recherchais une formation complète qui alliait théorie et pratique dans le domaine du coaching cognitif et comportemental. Je ne peux que me féliciter d'avoir choisi la formation « Praticien du Coaching Cognitif et Comportemental » du Cabinet Chrysippe. Les principes théoriques sont clairs, voire évidents. La méthodologie d'application est rigoureuse, immédiatement utilisée, tout en permettant une adaptation personnelle. »

**Marc - Coach -
Certification « Praticien du coaching cognitif et comportemental »**

« J'ai suivi la formation «Praticien de la psychologie positive» et je l'ai trouvée très complète. Elle a parfaitement répondu à mes attentes d'avoir des outils concrets que j'utilise désormais au quotidien avec mes patients. Les mises en situations permettent vraiment de s'approprier les différents concepts et j'ai beaucoup apprécié de rencontrer des personnes avec des profils très variés et de pouvoir échanger sur leurs pratiques. Le tout dans une ambiance super conviviale ! »

**Céline - Médecin -
Certification « Praticien de la psychologie positive »**

Quelle(s) formation(s) choisir ?

Praticien du coaching cognitif & comportemental (Niv.1)..... Page 6

**Praticien du coaching cognitif & comportemental (Niv.2)
Coacher avec les matrices cognitives**..... Page 8

Opérer un diagnostic et un plan de développement avec le test des matrices cognitives..... Page 10

La méthode ABCDE d'Ellis..... Page 12

Praticien de la psychologie positive..... Page 14

Praticien des TCC 3e vague..... Page 16

Méthodologie de la pratique d'accompagnement en psychologie positive..... Page 18

Méthodologie de la pratique d'accompagnement en TCC..... Page 19

Méthodologie de la pratique d'accompagnement en thérapie ACT et mindfulness..... Page 20

Initiation à l'expérience et à la posture hypnotique..... Page 21

Praticien de l'hypnose..... Page 22

Praticien du coaching d'équipe Page 24

Pratiquer la défusion avec les nouvelles technologies..... Page 26

Mieux gérer ses pensées difficiles avec la réalité virtuelle et le biofeedback..... Page 28

Diplôme d'université : coaching et management Page 30

Utiliser la pleine conscience pour vivre plus sereinement les difficultés professionnelles quotidiennes..... Page 34

Mobiliser la psychologie positive dans sa vie professionnelle Page 35

Programme CARE de développement personnel en e-learning..... Page 36

Développer son efficacité relationnelle et professionnelle avec le modèle des matrices cognitives..... Page 37

Certification - 8 jours

Praticien du coaching cognitif et comportemental (Niveau 1)

- Formation à Paris ou Lyon ou en e-learning -

Largement implanté dans les pays anglo-saxons dont il est originaire, le coaching cognitif et comportemental (CCC) s'exporte avec force en France et s'impose dans les pratiques d'accompagnement des individus. Cette approche orientée solution permet l'atteinte d'objectifs opérationnels via un double travail des modes comportementaux et des contenus limitants de pensée qui en sont à l'origine. Le CCC est structuré par (i) la mise en place d'un plan d'action opérationnel au service des finalités du coaché (et de son organisation) et, (ii) l'évolution des freins de pensée qui se révèlent y faire obstacle.

Le Cabinet Chryssippe est le référent francophone de cette approche. Cette Certification a pour objectif de former à la pratique effective du CCC. Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Coachs
- Psychologues
- Professionnels de l'accompagnement
- Professionnels en reconversion

Nos +

- Formation condensée, en part time
- Supervision individuelle
- Acquisition des fondamentaux théoriques et pratiques
- Apprentissage d'une méthodologie applicable aux demandes classiques d'accompagnement
- Validation des acquis en fin de parcours
- Remise du parchemin de certification
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Méthode

- Programme fortement opérationnel, centré sur la pratique : méthodologies, techniques et outils
- Mises en application : études de cas, jeux de rôle et simulations systématiquement débriefés
- Mise en situation réelle : 2 accompagnements à réaliser
- Tutorat individuel à distance

Programme

Module 1 : Fondamentaux théoriques du CCC [3h30]

- Pensées automatiques
- Distorsions cognitives
- Croyances contre-productives

Module 2 : Posture, finalités et méthodologie générale du coaching individuel [3h30]

- Posture, modalités et méthodologie du coaching individuel
- Structure et phases de l'accompagnement et d'une séance-type
- Analyse et fixation de la demande de coaching

Module 3 : Méthodologie de l'opérationnalisation de la demande en CCC [7h]

- La démarche de comportementalisation
- Les propriétés des « bons » objectifs
- Élaboration d'un plan d'action opérationnel au service des finalités retenues

Module 4 : Techniques d'identification et de travail des pensées automatiques [7h]

- Identification des PA : ancrage situationnel et vérification de la charge émotionnelle, questionnement direct vs inductif, facteurs de qualité d'identification des PA
- Travail des PA : questionnement scientifique, pragmatique et de coping

Module 5 : Techniques d'identification et de travail des croyances irréalistes [7h]

- Identification des CI : typologie des CI ; demande directe, extraction à partir des PA, flèche descendante, proposition-ratification-exemplification
- Travail des CI : nature du travail des CI ; techniques cognitives (scientifiques, pragmatiques) ; techniques comportementales (imagerie, test en jeux de rôle, test effectif)

Module 6 : Méthode centrée sur les compétences [7h]

- Décentration du problème et centration sur la solution
- Projection positive
- Déconstruire les impossibilités
- Recadrage positif
- Questions d'exception
- Questions sur les ressources

Module 7 : Méthode globale ABCDE d'Ellis, adaptation externe et orientation solution [14h]

- Synthèse des axiomes fondamentaux de l'approche CC
- Déclencheur (A), pensées automatiques et croyances (B), conséquences cognitives/émotionnelles/comportementales (C), flexibilisation cognitive (D), prescription comportementale (E)

Volume

8 jours (56h) : 7 jours condensés de formation en présentiel ou à distance
+ 1 jour de Certification (à distance)
+ 2 accompagnements à réaliser («stage»)

Modalité e-learning :

Démarrez à tout moment

Dates Paris (présentiel) :

13, 14, 28, 29, 30 Avril 2021
19, 20 Mai 2021
20 Novembre 2021
(évaluation à distance)

Dates Lyon (présentiel) :

25, 26 Mai 2021
9, 10, 29, 30 Juin 2021
1er Juillet 2021
11 Décembre 2021
(évaluation à distance)

Tarifs nets :

2000€
(particulier présentiel)
1500€
(particulier en ligne)
2400€
(prise en charge présentiel)
2400€
(prise en charge en ligne)
1000€
(étudiant présentiel)
900€
(étudiant en ligne)

Certification - 8 jours

Praticien du coaching cognitif et comportemental (Niveau 2)

Coacher avec les matrices cognitives

- Formation à Paris ou Lyon ou en e-learning -

Fruit de la R&D de Chryssippe, le modèle des Matrices est issu de la compilation des recherches scientifiques internationales contemporaines portant sur les modes de fonctionnement cognitivo-comportementaux à l'origine de l'efficacité (vs de l'inefficacité) des activités professionnelles (phénomène des «biais cognitifs»). 7 grands facteurs d'efficacité ont ainsi été identifiés et constituent les 7 compétences transversales (les «matrices») qu'un test original, le Test des Matrices, permet de mesurer chez chaque individu afin de développer celles qui doivent l'être au service des finalités de son accompagnement.

Cette Certification a pour objectif de former à la pratique effective du coaching cognitivo-comportemental centré sur les matrices cognitives. Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Coachs
- Psychologues
- Professionnels de l'accompagnement
- Professionnels en reconversion

Nos +

- Formation condensée, en part time
- Supervision individuelle
- Acquisition des fondamentaux théoriques et pratiques
- Apprentissage d'une méthodologie applicable aux demandes classiques d'accompagnement
- Validation des acquis en fin de parcours
- Remise du parchemin de certification
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Méthode

- Programme fortement opérationnel, centré sur la pratique : méthodologies, techniques et outils
- Mises en application : études de cas, jeux de rôle et simulations systématiquement débriefés
- Mise en situation réelle : 2 accompagnements à réaliser
- Tutorat individuel à distance

Programme

Module 1 : Réaliser un diagnostic et un plan d'action de développement avec le test des matrices [14h]

- Modes de fonctionnement ajustés vs contre-productifs, biais cognitifs, matrices et efficacité professionnelle
- Les 7 matrices : modes de fonctionnement et compétences associées, actions correctrices de développement
- Analyser et articuler la demande avec la démarche des Matrices
- Administrer, analyser et débriefer le test des matrices au service des finalités
- Opérationnaliser la demande en fonction du résultat au Test des Matrices et en phase avec les finalités du coaching

Module 2 : Coacher avec les matrices pour développer les 3 dimensions de l'efficacité professionnelle [21h]

- Développement de l'efficacité : bien exploiter les informations, repérer ce qui est source d'efficacité, comprendre les priorités, savoir décider de façon adaptée, innover
- Développement de la qualité des interactions : faire évoluer les modes relationnels limitants, faire valoir son point de vue, se remettre en cause, apprendre de ses erreurs relationnelles, ne pas se laisser manipuler
- Développement du bien-être : gestion des conflits et des situations de crise, capacité à ne pas «noircir» les situations, motivation, gestion du stress et du temps, se défocaliser de la rumination des problèmes et se refocaliser sur l'orientation solution

Module 3 : Approfondissement : Lever les obstacles cognitifs à la réalisation du plan d'action de développement matriciel avec la méthode ABCDE d'orientation solution [14h]

- Approfondissement des axiomes fondamentaux de l'approche cognitivo-comportementale
- Déclencheur (A), pensées automatiques et croyances sous-jacentes aux matrices vulnérables (B), conséquences professionnelles contre-productives des croyances matricielles (C), flexibilisation cognitive des croyances matricielles et orientation solution (D), prescription comportementale des actions correctrices matricielles (E)

Volume

8 jours (56h) : 7 jours condensés de formation en présentiel ou à distance
+ 1 jour de Certification (à distance)
+ 2 accompagnements à réaliser («stage»)

Modalité e-learning :

Démarrez à tout moment

Dates Paris (présentiel) :

17 Février 2021
14, 15, 16 Avril 2021
18, 19, 20 Mai 2021
20 Novembre 2021
(évaluation à distance)

Dates Lyon (présentiel) :

17 Février 2021
14, 15, 16 Avril 2021
18, 19, 20 Mai 2021
20 Novembre 2021
(évaluation à distance)

Tarifs nets :

1800€
(particulier présentiel)
1350€
(particulier en ligne)
2200€
(prise en charge présentiel)
2200€
(prise en charge en ligne)
900€
(étudiant présentiel)
810€
(étudiant en ligne)

Opérer un diagnostic et un plan d'action de développement avec le test des matrices cognitives

- Formation à Paris ou Lyon ou en e-learning -

Fruit de la R&D de Chrysippe, le modèle des Matrices est issu de la compilation des recherches scientifiques internationales contemporaines portant sur les modes de fonctionnement cognitivo-comportementaux à l'origine de l'efficacité (vs de l'inefficacité) des activités professionnelles (phénomène des « biais cognitifs »). 7 grands facteurs d'efficacité ont ainsi été identifiés et constituent les 7 compétences transversales (les « matrices ») mesurées par le test chez les individus. Le résultat obtenu permet de développer les compétences qui doivent l'être au service des finalités du bénéficiaire et de la prestation.

Cette formation a pour objectif de former à l'utilisation effective du Test des Matrices Cognitives dans différents cadres (coaching, développement personnel, recrutement, bilan professionnel). Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- RH
- Coachs
- Managers
- Formateurs
- Consultants
- Psychologues du travail

Nos +

- Acquisition des fondamentaux théoriques et pratiques
- Apprentissage d'une méthodologie applicable aux besoins classiques d'accompagnement ou d'évaluation
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Objectifs

Maîtriser les différentes phases de la démarche d'utilisation du test des matrices dans différents cadres d'application (coaching, recrutement, évaluation ou bilan professionnel, formation, etc.) : prescription, passation, débriefing, articulation avec la finalité de la prestation, plan d'action de développement au service des objectifs, mesure des résultats, pérennisation

Programme

- Modes de fonctionnement ajustés vs contre-productifs, biais cognitif, modèle des matrices et efficacité professionnelle
- Les 7 matrices cognitives : définition, modes de fonctionnement et compétences associées, actions correctrices de développement spécifiques
- Analyser et articuler la demande d'accompagnement ou la finalité de la prestation avec la démarche des Matrices
- Présenter le Test des Matrices : spécificités, qualités psychométriques, finalités et modalités de passation
- Administrer, analyser et débriefer le Test des Matrices au service des finalités de la prestation ; recueillir les impressions de passation, favoriser l'appropriation des résultats
- Comportementaliser : fabriquer un plan d'action sur mesure, en fonction des résultats du test et au service des finalités de la prestation
- Mesurer les effets de la mise en place du plan d'action

Méthodes

- Programme fortement opérationnel, centré sur la pratique : méthodologie, techniques et outils
- Mises en application : études de cas, jeux de rôle et simulations systématiquement débriefés

Modalité e-learning :

Démarrez à tout moment

Dates Paris (présentiel) :

17 Février 2021
14 Avril 2021

Dates Lyon (présentiel) :

17 Mai 2021
26 Mai 2021

Tarifs nets :

500€
(particulier présentiel)
375€
(particulier en ligne)
700€
(prise en charge présentiel)
700€
(prise en charge en ligne)
250€
(étudiant présentiel)
225€
(étudiant en ligne)

La méthode ABCDE d'Ellis

- Formation à Paris ou Lyon ou en e-learning -

La méthode « ABCDE » est une technique permettant de faire évoluer les pensées et modes de fonctionnement contre-productifs de l'individu. Cela, en l'aidant à passer de la non acceptation et de la rumination des difficultés et frustrations à l'orientation solution ici et maintenant, en l'état de sa situation. Cette méthode, développée par Albert Ellis, co-fondateur des approches cognitives et comportementales, présente une série d'avantages :

- Largement séquencée, elle permet de structurer l'ensemble d'une séance d'accompagnement
- Elle peut être utilisée dans un cadre thérapeutique comme de coaching ou de développement personnel
- Elle s'applique à une large gamme de problématiques humaines (personnelles, relationnelles, professionnelles, médicales)
- Son efficacité est due à son caractère intégratif et orienté solution, dans la mesure où elle travaille simultanément les dimensions cognitives, émotionnelles et comportementales

Cette formation a pour objectif de former à la pratique effective de la méthode ABCDE d'Ellis dans différents cadres (psychothérapie, coaching, développement personnel, médical/paramédical). Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Psychologues
- Psychothérapeutes
- Coachs
- Professionnels du médical et paramédical
- Praticien du développement personnel

Nos +

- Sensibilisation aux fondamentaux théoriques et pratiques
- Formation à une méthodologie applicable aux besoins classiques d'accompagnement
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Programme

Programme

- Présentation synthétique des fondamentaux des TCC : ré-attribution interne contrôlable, pensées automatiques, croyances d'exigence / de refus des situations difficiles, fonctionnements cognitifs adaptés vs contre-productifs, finalités du travail de flexibilisation
- Présentation des techniques opérationnelles propres à chaque étape du processus ABCDE : description actualisée des situations problématiques, identification des conséquences contre-productives des pensées limitantes (double peine émotionnelle, décision et réaction contre-productives, non orientation solution), identification des croyances limitantes sous-jacentes, travail de flexibilisation et d'orientation solution des pensées, prescription comportementale de test, débriefing

Méthode

A : Activating Event

Identification d'une (classe de) situation(s) typique(s) induisant une réaction problématique (émotions négatives voire douloureuses, comportements contre-productifs)

B : Beliefs

Repérage de pensées limitantes associées (fausses règles à respecter, attentes non réalistes sur soi/autrui/le monde) conduisant à refuser de prendre acte des situations non souhaitées, à densifier leur vécu douloureux (double peine) et empêchant d'être orienté solution face à elles

C : Consequences

Identification des conséquences (ruminations, émotions négatives disproportionnées, conduites contre-productives, non orientation solution) des pensées limitantes mises à jour

D : Disputing

Confrontation (« scientifique », « pragmatique » et de « coping ») des pensées limitantes afin de les flexibiliser et de les rendre plus aidantes

E : Effectiveness

Prescription du test, en inter-séance, de la nouvelle « attitude mentale » et des actions orientées solution ainsi fabriquées, puis débriefing et ajustement en séance suivante

Modalité e-learning :

Démarrez à tout moment

Dates Paris (présentiel) :

19 Mai 2021
20 Mai 2021

Dates Lyon (présentiel) :

30 Juin 2021
1 Juillet 2021

Tarifs nets :

500€
(particulier présentiel)
375€
(particulier en ligne)
750€
(prise en charge présentiel)
750€
(prise en charge en ligne)
250€
(étudiant présentiel)
225€
(étudiant en ligne)

Certification - 8 jours

Praticien de la psychologie positive

En psychothérapie, coaching ou en milieu médical

- Formation à Paris ou Lyon ou en e-learning -

Fruit de l'évolution des approches cognitives et comportementales, la psychologie positive est dorénavant largement introduite dans le champ de la relation d'aide (personnelle comme professionnelle). Cette approche brève et orientée solution permet l'atteinte d'objectifs (thérapeutiques, de coaching, de développement personnel ou médicaux) via : (i) l'identification des compétences et ressources déjà présentes sur lesquelles l'individu (ou le groupe) peut s'appuyer plus avant, (ii) le développement de «compétences positives» : bien-être, sens, coopération, gratitude, bienveillance, optimisme, forces, flow, focalisation sur les solutions, etc.

Cette Certification a pour objectif de former à la pratique effective de la psychologie positive dans différents cadres (psychothérapie, coaching, développement personnel, médical/para-médical). Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Psychologues
- Psychothérapeutes
- Professionnels médicaux et paramédicaux
- Professionnels de l'accompagnement
- Coachs
- Professionnels en reconversion

Nos +

- Formation condensée, en part time
- Supervision individuelle
- Acquisition des fondamentaux théoriques et pratiques
- Apprentissage d'une méthodologie applicable aux demandes classiques d'accompagnement
- Validation des acquis en fin de parcours
- Remise du parchemin de certification
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Méthode

- Programme fortement opérationnel, centré sur la pratique : méthodologies, techniques et outils
- Mises en application : études de cas, jeux de rôle et simulations systématiquement débriefés
- Mise en situation réelle : 2 accompagnements à réaliser
- Tutorat individuel à distance

Programme

Module 1 : Fondamentaux de la psychologie positive [3h30]

- Démarche et objectifs de la psychologie positive
- Intensification des ressources pré-existantes et de ce qui fonctionne, dépathologisation et non-déterminisme
- Compétences positives : bien-être, bonheur, gratitude, recadrage positif, coping, résilience, flexibilité, sens, flow, style attributionnel, coopération, réorientation de l'attention, forces, etc.

Module 2 : Méthodologie de l'analyse de la demande et de l'identification des compétences positives [3h30]

- Principaux outils d'identification des compétences positives
- Types de demande, écologie et subjectivité/objectivité de la demande, niveaux de demande
- Compétences positives à utiliser / intensifier, fixation de la demande positive retenue

Module 3 : Méthodologie de l'opérationnalisation de la demande en psychologie positive [7h]

- Propriétés des bons objectifs
- Élaboration d'un plan d'action opérationnel au service des finalités (de psychothérapie, de coaching, de développement personnel ou médicales) et fonction des compétences positives retenues

Module 4 : Méthodes, techniques et outils pour l'intervention individuelle [28h]

- Développement des compétences positives : forces, consolidation situationnelle du positif, recadrage des difficultés, valeurs et actions engagées, sens, gestion des émotions, décentration, éléments satisfaisants, etc.
- Développement des compétences de mindfulness : focalisation de l'attention, méditation bienveillante, conscience des perceptions sensorielles, etc.

Module 5 : Méthodes, techniques et outils pour l'intervention groupale : la démarche centrée sur les solutions [7h]

- Décentration du problème et recentration sur la solution
- Projection positive
- Déconstruire les impossibilités
- Recadrage positif
- Les questions d'exception
- Les questions de ressources

Volume

8 jours (56h) : 7 jours condensés de formation en présentiel ou à distance
+ 1 jour de Certification (à distance)
+2 accompagnements à réaliser («stage»)

Modalité e-learning :

Démarrez à tout moment

Dates Paris (présentiel) :

13, 14, 15, 16, 30 Avril 2021
1, 2 Juin 2021
27 Novembre 2021
(évaluation à distance)

Dates Lyon (présentiel) :

25, 26, 27, 28 Mai 2021
29 Juin 2021
5, 6 Juillet 2021
18 Décembre 2021
(évaluation à distance)

Tarifs nets :

2000€
(particulier présentiel)
1500€
(particulier en ligne)
2450€
(prise en charge présentiel)
2450€
(prise en charge en ligne)
1000€
(étudiant présentiel)
900€
(étudiant en ligne)

Praticien des TCC 3e vague

Thérapie cognitive et comportementale (TCC)
Thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT)
Mindfulness et psychologie positive

- Formation à Paris ou Lyon ou en e-learning -

Les thérapies cognitives et comportementales (TCC) sont l'un des référentiels dominants dans le champ de l'accompagnement (thérapeutique, de coaching ou de développement personnel) au niveau international et connaissent un franc succès en France. Approches brèves, orientées solution et centrées sur l'ici et maintenant, elles proposent un travail conjoint de la pensée et du comportement qui en résulte. La récente « 3e vague » vient enrichir la pratique dite des TCC « classiques » en y intégrant plus avant les dimensions émotionnelle, affective et corporelle. Elle permet également d'introduire dans la prise en charge une série d'innovations issues de la recherche actuelle en psychologie.

Cette Certification a pour objectif de former à la pratique effective des TCC 3e vague dans différents cadres (psychothérapie, coaching, développement personnel, médical/para-médical). Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Psychologues
- Psychothérapeutes
- Professionnels du médical et paramédical
- Professionnels de l'accompagnement
- Coachs
- Professionnels en reconversion

Nos +

- Formation condensée, en part time
- Supervision individuelle
- Acquisition des fondamentaux théoriques et pratiques
- Apprentissage d'une méthodologie applicable aux demandes classiques d'accompagnement
- Validation des acquis en fin de parcours
- Remise du parchemin de certification
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Méthode

- Programme fortement opérationnel, centré sur la pratique : méthodologies, techniques et outils
- Mises en application : études de cas, jeux de rôle et simulations systématiquement débriefés
- Mise en situation réelle : 2 accompagnements à réaliser
- Tutorat individuel à distance

Programme

Module 1 : Méthodologie de la pratique d'accompagnement en psychologie positive [14h]

- Concepts centraux de la psychologie positive
- Posture fondamentale du praticien de la psychologie positive
- Développement/intensification des compétences positives au service des finalités de l'accompagnement (de psychothérapie, de coaching, de développement personnel ou médical) : bien-être, gratitude, flow, force, décentration, flexibilisation du point de vue, acceptation, valeurs et sens, confiance, résolution de problèmes, etc.

Module 2 : Méthodologie de la pratique d'accompagnement en thérapie cognitive et comportementale [21h]

- Pensées automatiques, croyances irréalistes, distorsions cognitives
- Posture fondamentale du praticien : collaboration authentique, alliance, empowerment
- Méthodologie de l'analyse et de l'opérationnalisation de la demande (de psychothérapie, coaching, développement personnel ou médicale)
- Techniques d'identification et de travail des pensées automatiques
- Techniques d'identification et de travail des croyances irréalistes
- Questionnements scientifique, pragmatique et de coping
- Méthode globale ABCDE d'Ellis, acceptation externe, orientation solution

Module 3 : Méthodologie de la pratique d'accompagnement en thérapie d'acceptation et d'engagement et en mindfulness [21h]

- Concepts fondamentaux : pleine conscience, défusion cognitive, acceptation émotionnelle, valeurs et engagement, flexibilisation cognitive
- Techniques de flexibilisation au service des finalités de l'accompagnement (de psychothérapie, de coaching, de développement personnel ou médical) : identification des valeurs et engagement comportemental, travail de l'acceptation émotionnelle, travail de la défusion, focalisation de l'attention sur l'ici et maintenant, méditation bienveillante, conscience des perceptions sensorielles, etc.

Volume

9 jours (63h) : 8 jours condensés de formation en présentiel ou à distance
+ 1 jour de Certification (à distance)
+ 2 accompagnements à réaliser («stage»)

Modalité e-learning :

Démarrez à tout moment

Dates Paris (présentiel) :

15, 16 Avril 2021
19, 20, 21 Mai 2021
1, 2, 3 Juin 2021
27 Novembre 2021
(évaluation à distance)

Dates Lyon (présentiel) :

27, 28 Mai 2021
30 Juin 2021
1, 2, 5, 6, 7 Juillet 2021
18 Décembre 2021
(évaluation à distance)

Tarifs nets :

2100€
(particulier présentiel)
1575€
(particulier en ligne)
2500€
(prise en charge présentiel)
2500€
(prise en charge en ligne)
1100€
(étudiant présentiel)
990€
(étudiant en ligne)

Méthodologie de la pratique d'accompagnement en psychologie positive

- Formation à Paris ou Lyon ou en e-learning -

Ce module est centré sur les concepts, méthodes et outils de la psychologie positive et la posture fondamentale de son praticien. Il a pour but d'apprendre à aider le bénéficiaire à développer des compétences positives (forces, valeurs, orientation solution, prise de soin de soi, etc.) au service des finalités de son accompagnement.

Cette formation a pour objectif de former à la pratique de la psychologie positive dans différents cadres (psychothérapie, coaching, développement personnel, médical/para-médical). Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Psychologues
- Psychothérapeutes
- Professionnels de l'accompagnement
- Professionnels du médical et paramédical
- Coachs
- Professionnels en reconversion

Programme

- Concepts centraux de la psychologie positive
- Posture fondamentale du praticien de la psychologie positive
- Développement/intensification des compétences positives au service des finalités de l'accompagnement (de psychothérapie, de coaching, de développement personnel ou médical) : bien-être, gratitude, flow, décentration, force, flexibilisation du point de vue, acceptation, valeurs et sens, confiance, résolution de problèmes, etc.

Nos +

- Sensibilisation aux fondamentaux théoriques et pratiques
- Formation à une méthodologie applicable aux besoins classiques d'accompagnement
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Modalité e-learning :

Démarrez à tout moment

Dates Paris (présentiel) :

15 et 16 Avril 2021

Dates Lyon (présentiel) :

27 et 28 Mai 2021

Tarifs nets :

500€
(particulier présentiel)
375€
(particulier en ligne)
750€
(prise en charge présentiel)
750€
(prise en charge en ligne)
250€
(étudiant présentiel)
225€
(étudiant en ligne)

Méthodologie de la pratique d'accompagnement en TCC

- Formation à Paris ou Lyon ou à distance -

Les thérapies cognitives et comportementales (TCC) sont l'un des référentiels dominants dans le champ de l'accompagnement au niveau international et connaissent un franc succès en France. Ce module forme à la conduite de l'analyse et de l'opérationnalisation de la demande, l'identification des pensées automatiques en situation «problématique», l'identification et la mise en évolution des croyances limitantes, la mise en place d'actions plus aidantes.

Cette formation a pour objectif de former à la pratique effective des TCC dans différents cadres (psychothérapie, coaching, développement personnel, médical/para-médical). Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Psychologues
- Psychothérapeutes
- Coachs
- Professionnels de l'accompagnement
- Professionnels du médical et paramédical
- Professionnels en reconversion

Programme

- Pensées automatiques, croyances irréalistes, distorsions cognitives
- Posture fondamentale du praticien : collaboration authentique, alliance, empowerment
- Méthodologie de l'analyse et de l'opérationnalisation de la demande (de psychothérapie, coaching, développement personnel ou médicale)
- Techniques d'identification et de travail des pensées automatiques
- Techniques d'identification et de travail des croyances irréalistes
- Questionnements scientifique, pragmatique et de coping
- Méthode globale ABCDE d'Ellis, acceptation externe, orientation solution

Nos +

- Sensibilisation aux fondamentaux théoriques et pratiques
- Formation à une méthodologie applicable aux besoins classiques d'accompagnement
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Modalité e-learning :

Démarrez à tout moment

Dates Paris (présentiel) :

19, 20, 21 Mai 2021

Dates Lyon (présentiel) :

30 Juin, 1er, 2 Juillet 2021

Tarifs nets :

750€
(particulier présentiel)
565€
(particulier en ligne)
950€
(prise en charge présentiel)
950€
(prise en charge en ligne)
375€
(étudiant présentiel)
340€
(étudiant en ligne)

Méthodologie de la pratique d'accompagnement en thérapie ACT et Mindfulness

- Formation à Paris ou Lyon ou en e-learning -

Ce module forme à l'utilisation opérationnelle des outils de la thérapie d'acceptation et d'engagement (défusion cognitive, acceptation émotionnelle, identification des valeurs et des actions engagées) et de la pleine conscience.

Cette formation a pour objectif de former à la pratique effective des outils de l'ACT et de la pleine conscience dans différents cadres (psychothérapie, coaching, développement personnel, médical/para-médical). Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Psychologues
- Psychothérapeutes
- Professionnels de l'accompagnement
- Professionnels du médical et paramédical
- Coachs
- Professionnels en reconversion

Programme

- Concepts fondamentaux : pleine conscience, défusion cognitive, acceptation émotionnelle, valeurs et engagement, flexibilisation cognitive
- Techniques de flexibilisation au service des finalités de l'accompagnement (de psychothérapie, de coaching, de développement personnel ou médical) : identification des valeurs et engagement comportemental, travail de l'acceptation émotionnelle, travail de la défusion, focalisation de l'attention sur l'ici et maintenant, méditation bienveillante, conscience des perceptions sensorielles, etc.

Nos +

- Sensibilisation aux fondamentaux théoriques et pratiques
- Formation à une méthodologie applicable aux besoins classiques d'accompagnement
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Modalité e-learning :

Démarrez à tout moment

Dates Paris (présentiel) :

1er, 2 et 3 Juin 2021

Dates Lyon (présentiel) :

5, 6 et 7 Juillet 2021

Tarifs nets :

750€
(particulier présentiel)
565€
(particulier en ligne)
950€
(prise en charge présentiel)
950€
(prise en charge en ligne)
375€
(étudiant présentiel)
340€
(étudiant en ligne)

Initiation à l'expérience et à la posture hypnotique

Hypnose médicale, hypnothérapie & développement personnel

- Formation à Paris ou Lyon ou en e-learning -

A la croisée des sphères cognitives, corporelles et émotionnelles, la pratique hypnotique vise à faire construire, par son bénéficiaire, un nouvel univers interprétatif de la situation « problématique » au sein de laquelle il se retrouve immergé. Ce recadrage, plus aidant face aux difficultés, permet alors la mise en place d'un vécu phénoménologique et d'un mode de fonctionnement émotionnel et comportemental pour faire face à l'objet de la demande de la personne prise en charge.

Cette Certification a pour objectif de former à la pratique effective de l'hypnose dans le champ psychologique, médical, para-médical et du développement personnel. Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Psychologues
- Psychothérapeutes
- Professionnels du médical et paramédical
- Coachs
- Praticiens du développement personnel

Programme

- Les attitudes et suggestions fondamentales constitutives de la relation hypnotique
- Parler du corps
- Parler des facultés naturelles
- Parler de la bonne raison
- Indiquer que pour que tout change, ne rien résoudre et ne rien faire
- Se mettre à son minimum « plus petit encore »
- Signifier que le praticien se sent « ok » en la présence du bénéficiaire
- Indiquer, qu'entre temps, le problème s'est résolu
- Proposer des rituels pour la suite

Nos +

- Sensibilisation aux fondamentaux théoriques et pratiques
- Formation à une méthodologie applicable aux besoins classiques d'accompagnement
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Modalité e-learning :

Démarrez à tout moment

Dates Paris (présentiel) :

28, 29 Avril 2021

Dates Lyon (présentiel) :

3 et 4 Juin 2021

Tarifs nets :

500€
(particulier présentiel)
375€
(particulier en ligne)
750€
(prise en charge présentiel)
750€
(prise en charge en ligne)
250€
(étudiant présentiel)
225€
(étudiant en ligne)

Certification - 10 jours

Praticien de l'hypnose

Hypnose médicale, hypnothérapie & développement personnel

- Formation à Paris ou Lyon ou en e-learning -

A la croisée des sphères cognitives, corporelles et émotionnelles, la pratique hypnotique vise à faire construire, par son bénéficiaire, un nouvel univers interprétatif de la situation « problématique » au sein de laquelle il se retrouve immergé. Ce recadrage, plus aidant face aux difficultés, permet alors la mise en place d'un vécu phénoménologique et d'un mode de fonctionnement émotionnel et comportemental plus aidant pour faire face à l'objet de la demande ou du besoin de la personne. Dans l'activité médicale, psychothérapeutique ou encore de développement personnel, la pratique de l'hypnose se révèle dès lors un précieux corpus méthodologique humaniste au service des finalités de la prestation proposée.

Cette Certification a pour objectif de former à la pratique effective de l'hypnose dans le champ psychologique, médical, para-médical et du développement personnel. Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Psychologues
- Psychothérapeutes
- Professionnels du médical et paramédical
- Coachs
- Praticiens du développement personnel

Nos +

- Formation condensée, en part time
- Supervision individuelle
- Acquisition des fondamentaux théoriques et pratiques
- Apprentissage d'une méthodologie applicable aux demandes classiques d'accompagnement
- Validation des acquis en fin de parcours
- Remise du parchemin de certification
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Méthode

- Programme fortement opérationnel, centré sur la pratique : méthodologies, techniques et outils
- Mises en application : études de cas, jeux de rôle et simulations systématiquement débriefés
- Mise en situation réelle : 2 accompagnements à réaliser
- Tutorat individuel à distance

Programme

Module 1 : Constructivisme et compréhension du phénomène hypnotique [7h]

- Constructions historico-épistémologiques de l'hypnose
- État de la recherche scientifique internationale sur l'hypnose
- Constructivisme, réel, réalité psychique & hypnose
- Pragmatique de la communication & construction de la phénoménologie hypnotique
- Recadrage & hypnose. Biais cognitifs & hypnose
- Principes de la thérapie brève hypnotique

Module 2 : Initiation à l'expérience et à la posture hypnotique [14h]

- Les attitudes et suggestions fondamentales constitutives de la relation hypnotique
- Parler du corps, des facultés naturelles, de la bonne raison
- Indiquer que pour que tout change, ne rien résoudre et ne rien faire
- Se mettre à son minimum « plus petit encore »
- Signifier que le praticien se sent « ok » en la présence du bénéficiaire
- Indiquer, qu'entre temps, le problème s'est résolu. Rituels pour la suite

Module 3 : Méthodologie générale de la pratique de la communication hypnotique [7h]

- Echelles et tests de suggestibilité
- Communication (principes, canaux, digital/verbal, analogique/non-verbal/para-verbal, empathie), communication thérapeutique (alliance, proxémie, synchronisation, placebo/nocebo, recadrer son langage), communication hypnotique (inter-relation, informelle/formelle)
- Langage hypnotique spécifique (préférence, résonance, intra-locution, recadrage, formulation positive, présence, description, centripète) et non spécifique (milton-modèle, incomplétude, ambiguïtés, activation)
- Suggestions directes et indirectes

Module 4 : Techniques & outils de la suggestion et de l'induction hypnotique [14h]

- Piliers de l'induction : dynamique, phases-clés
- Types d'induction : instantanées, rapides, progressives
- Construction du rapport
- Fixation de l'attention
- Confusion. Dissociation. Réassociation
- Approfondissement : activation, processus non conscients, idéodynamisme
- Panorama des suggestions thérapeutiques

Module 5 : Structuration et méthodologie de l'application de la relation d'aide hypnotique aux principales indications [21h]

- Douleur chronique & analgésie
- Problématiques anxieuses
- Problématiques de type dépressif
- Problématiques de dépendance
- Problématiques de type phobique
- Auto-hypnose

Modalités e-learning :

Démarrez à tout moment

Dates Paris (présentiel) :

27, 28, 29 Avril 2021
17, 18, 19, 20 Mai 2021
15, 16 Juin 2021
4 Décembre 2021
(évaluation à distance)

Dates Lyon (présentiel) :

2, 3, 4, 16, 17, 18, 30 Juin 2021
1, 2 Juillet 2021
11 Décembre 2021
(évaluation à distance)

Tarifs nets :

2150€
(particulier présentiel)
1615€
(particulier en ligne)
2500€
(prise en charge présentiel)
2500€
(prise en charge en ligne)
1075€
(étudiant présentiel)
970€
(étudiant en ligne)

Volume

10 jours (70h) : 9 jours condensés de formation en présentiel ou à distance

+ 1 jour de Certification (à distance)

+ accompagnements à réaliser («stage»)



Certification - 9 jours

Praticien du coaching d'équipe

- Formation uniquement en présentiel -

Complémentaires mais encore rarement articulées en coaching d'équipe, les approches systémique stratégique et cognitivo-comportementale constituent, au niveau international, les deux principaux référentiels d'accompagnement de l'humain. Cette formation dote le coach d'équipe d'une solide méthodologie de travail simultanée de : (i) la dimension interactionnelle (systémique), parfois dysfonctionnelle, des groupes humains et, (ii) leurs modes d'interprétation des situations et de fonctionnement, lorsqu'ils se révèlent contre-productifs (dimension cognitivo-comportementale).

Cette Certification a pour objectif de former à la pratique effective du coaching d'équipe au sein des organisations. Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Coachs
- Psychologues
- Managers et RH
- Professionnels de l'accompagnement
- Professionnels en reconversion

Nos +

- Formation condensée, en part time
- Supervision individuelle
- Acquisition des fondamentaux théoriques et pratiques
- Apprentissage d'une méthodologie applicable aux demandes classiques d'accompagnement
- Validation des acquis en fin de parcours
- Remise du parchemin de certification
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Méthode

- Programme fortement opérationnel, centré sur la pratique : méthodologies, techniques et outils
- Mises en application : études de cas, jeux de rôle et simulations systématiquement débriefés
- Mise en situation réelle : 2 accompagnements à réaliser
- Tutorat individuel à distance

Programme

Module 1 : Fondamentaux des approches systémique stratégique et cognitivo-comportementale appliquées au coaching d'équipe [7h]

- Niveaux de réalité, croyances et pensées automatiques, boucles de perception-réaction, pensée-émotion-comportement, cybernétique, double contrainte, logiques dysfonctionnelles, tentatives de solution, recadrage, prescription
- Posture : anthropologue, responsabilisation, non pathologisation, position basse, orientation solution et créativité, expérientiel
- Structure générale : demande, système pertinent, diagnostic, recadage, prescription, débriefing et ajustement

Module 2 : Contexte, cadre, méthodologie générale et structure du coaching d'équipe [7h]

- Cadre et finalité du CE
- Architecture globale et phases du CE
- Structuration des séances
- Posture
- Méthodologie de l'analyse et de l'opérationnalisation de la demande

Module 3 : Outils transversaux du coaching d'équipe [7h]

- Carré parfait
- Breakthrough
- Jeux de rôles, etc.

Module 4 : Méthodologie de l'approche centrée solution [7h]

- Décentration du problème et centration sur la solution
- Projection positive
- Déconstruire les impossibilités
- Recadrage positif
- Questions d'exception
- Questions sur les ressources

Module 5 : Opérer un diagnostic et intervenir avec l'approche systémique stratégique [17h30]

- Opérer un diagnostic : se centrer sur le bon niveau de problème, injonctions paradoxales, mécommunication et tentatives de solution, principaux types de logiques interactionnelles dysfonctionnelles, phénoménologie des boucles de perception-réaction
- Intervenir : recadrage et co-construction des prescriptions associées

Module 6 : Opérer un diagnostic et intervenir avec l'approche cognitive et comportementale [10h30]

- Contenus et processus cognitifs collectifs dysfonctionnels : croyances professionnelles, matrices cognitives et modes de fonctionnement professionnels
- Identification et travail des cognitions et modes de raisonnement et de fonctionnement collectifs contre-productifs
- Comportementalisation, actions correctrices

Dates Paris (présentiel) :

12, 13, 14, 30 Avril 2021
8, 9, 10, 11 Juin 2021
4 Décembre 2021
(évaluation à distance)

Dates Lyon (présentiel) :

10, 11, 12 Mai 2021
29 Juin 2021
7, 8, 9, 10 Juillet 2021
18 Décembre 2021
(évaluation à distance)

Tarifs nets :

2000€
(particulier présentiel)
2450€
(prise en charge présentiel)
1000€
(étudiant présentiel)

Volume

9 jours (63h) : 8 jours condensés de formation en présentiel
+ 1 jour de Certification (à distance)
+2 accompagnements à réaliser («stage»)



Pratiquer la défusion cognitive avec les nouvelles technologies

Réalité virtuelle et biofeedback

- Formation en présentiel à Lyon -

Dans un cadre de psychothérapie, de coaching ou de développement personnel, développer la défusion cognitive du bénéficiaire consiste à l'aider à prendre de la distance avec ses pensées émotionnellement difficiles ; cela, en lui permettant de voir ses pensées de l'extérieur (métacognition consistant à les traiter comme de simples « notifications » temporairement envoyées par notre cerveau) au lieu de ne voir les choses qu'à partir du seul filtre restrictif et envahissant qu'elles constituent. Technique emblématique de la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT), la défusion est particulièrement favorisée par les nouvelles technologies qui étayent de façon opérationnelle les activités métacognitives qu'elle implique. Fruit de la R&D de Chryssippe, cette formation innovante et unique en son genre dote les praticiens des compétences spécifiquement nécessaires à la pratique de la défusion avec les technologies de réalité virtuelle et les nouvelles applications de biofeedback.

Ce programme a pour objectif de former à la pratique de la défusion cognitive avec les nouvelles technologies dans différents cadres (psychothérapie, coaching, développement personnel, médical/para-médical). Nos journées de formation sont composées de **25% de théorie et de 75% d'applications pratiques** (TP, jeux de rôle, simulations et études de cas).

Public

- Psychologues
- Psychothérapeutes
- Coachs
- Praticiens du développement personnel
- Professionnels du médical et paramédical

Nos +

- Sensibilisation aux fondamentaux théoriques et pratiques
- Initiation à une méthodologie applicable aux besoins classiques d'accompagnement
- Accès au réseau des membres certifiés
- Notre sympathique équipe d'intervenants

... et les croissants chauds !

Programme

Objectifs

Être en capacité de conduire, de débriefer, d'ajuster et de prescrire des activités de défusion cognitive en utilisant une variété de nouvelles technologies la facilitant ; cela, dans un cadre psychothérapeutique, de coaching, de développement personnel ou médical / para-médical

Programme

- Synthèse des concepts fondamentaux de l'ACT : pleine conscience (présence), défusion cognitive, acceptation émotionnelle, identification des valeurs et engagement, flexibilisation
- Faire comprendre ce que sont la fusion et défusion cognitives
- (Co-)évaluer la fusion cognitive et ses effets
- Posture fondamentale du praticien durant le travail de la défusion
- Développer la compétence de défusion cognitive : physicalisation, verbalisation décalée, minimalisation et acceptation des pensées, pointage live), contraste fusion / défusion, exercices ouverts/ ciblés, métaphores
- Méthodologie générale, techniques et outils spécifiques de défusion avec la technologie de réalité virtuelle
- Méthodologie générale, techniques et outils spécifiques de défusion avec les applications technologiques de réponse électrodermale (biofeedback)

Méthodes

- Programme fortement opérationnel, centré sur la pratique : méthodologie, techniques et outils
- Mises en application : études de cas, jeux de rôle et simulations systématiquement débriefés

Dates Lyon (présentiel) :

7 Juillet 2021
8 Juillet 2021
9 Juillet 2021

Tarifs nets :

750€
(particulier présentiel)
950€
(prise en charge présentiel)
375€
(étudiant présentiel)

Diplôme d'Université

Executive master

« Coaching et management »

Formation à Paris ou Lyon ou en e-learning
en partenariat avec l'Université

Dauphine | PSL 
EXECUTIVE EDUCATION

L'Université Paris Dauphine-PSL est classée parmi les meilleurs établissements pour ses formations en management, en sciences de gestion ainsi que pour son ouverture à l'international. Le Cabinet Chryssippe-R&D transforme en outils opérationnels et immédiatement applicables les fruits actuels de la recherche scientifique internationale en sciences humaines. Ces deux organisations innovent en proposant des programmes avant-gardistes dans le champ du coaching (individuel, d'équipe ou d'organisation). Ils offrent des contenus conceptuels de haut niveau dans les domaines de la conduite du changement et de l'innovation managériale et se focalisent sur l'utilisation opérationnelle d'outils pour une pratique effective du coaching en entreprise.

Pourquoi suivre ce diplôme ?

- Acquérir la posture et les connaissances opérationnelles du coach en entreprise.
- Appliquer avec fiabilité et méthode les techniques nécessaires à la pratique du coaching au sein des organisations.
- Pratiquer de façon intensive les différents outils abordés (de coaching individuel, d'équipe ou d'organisation) pour un apprentissage opérationnel.
- Intégrer les dernières innovations en sciences humaines et en pratique managériale
- Faire reconnaître sur le marché du travail sa compétence de coach par un diplôme de haut niveau.



TARIFS :

Executive master : 13 000 €
DU : 10 000 €
Certificat : 5 500 €

CALENDRIER :

Nous contacter

RYTHME :

Regroupements de 3 jours jeu/
ven/sam, une fois par mois

DURÉE :

Executive Master : 38 jours
DU : 28 jours
Certificat : 13 jours

Public

- Coachs, consultants et professionnels de l'accompagnement
- Managers et cadres désireux de développer leurs compétences d'encadrement
- Professionnels des ressources humaines
- Professionnels désirant se reconverter dans une activité de coaching et se doter d'un solide référentiel théorique-pratique

Testimonial

Étienne G., Responsable RH & coach

J'ai choisi de poursuivre cette formation pour son approche différenciante, son large panel de méthodes et ses outils à appliquer concrètement en entreprise. Le binôme Université Dauphine et Cabinet Chryssippe m'a tout de suite attiré. Je savais que cette formation serait riche d'expériences de par le côté innovant des méthodes et outils issus de la recherche en sciences humaines. L'innovation est un marqueur fort de ce programme et j'ai pu en mesurer l'impact auprès de mes clients.

Intervenants

David ABONNEAU

Co-directeur pédagogique, maître de conférences en sciences de gestion, Université Paris-Dauphine.

Nicolas Mathieu

Coach & superviseur de coach.

Agnès BUCHELI

Consultante en évaluation et développement des pratiques managériales. Coach de Managers et Dirigeants et coachs d'équipe et d'organisations. Agnès a plus de 20 ans d'expérience managériale opérationnelle.

Michaël PICHAT

Co-directeur pédagogique, maître de conférences en psychologie, dirigeant du Cabinet Chryssippe, coach & superviseur de coach.

Fabrice PARIS

Manager, RH et coach interne.

Sonia THOMAS

Coach internationale et COO, riche de plus de 30 ans d'expériences professionnelles internationale (RH, gouvernance, stratégie de l'entreprise etc.).

CAMPUS PARIS

Université Paris Dauphine-PSL
Place du Maréchal de Lattre de
Tassigny, 75016 Paris

CONTACT

Stéphanie Dolley
stephanie.dolley@dauphine.psl.eu
Tél. 01 44 05 47 72



Dauphine | PSL 
EXECUTIVE EDUCATION

Bénéfices

Avec des universitaires reconnus en management, en sciences de gestion et en psychologie, ainsi que des professionnels aguerris du coaching et du changement organisationnel, profitez d'une perspective à 360° de la pratique du coaching en entreprise.

Priorité à la pratique

Enseignements centrés sur la pratique pour une formation opérationnelle : entraînements concrets aux demandes les plus fréquentes, outils et méthodes illustrés, retours d'expérience, simulations, trainings et débriefings études de cas. Application en situation réelle au service d'un apprentissage interactif et expérientiel du coaching.

Supervision par un coach certifié

Débriefings critiques de l'utilisation des outils travaillés en formation, affinement de sa stratégie d'intervention, ajustement de sa posture, prise de recul sur sa pratique.

Mémoire professionnel

Sur la base de ses intérêts et de son projet d'application professionnel, rédaction tutorée d'un mémoire universitaire.

Développement personnel

Connaître, comprendre et vivre ses valeurs, ses motivations et ses capacités de coach, et trouver le point où elles s'harmonisent. Expérimenter sur soi les outils du coaching afin d'être le porteur du changement insufflé.

Professional branding

Intégrez le réseau de cadres dirigeants de l'Université Paris-Dauphine, bénéficiez de la marque de certification d'une grande Université managériale, acquérez les outils du coaching et devenez un acteur reconnu du changement organisationnel.

Programme

Module 1 : Innovations pour le développement des individus & des organisations (9j) :

- Théorie et développement des organisations
- Changement organisationnel
- Nouvelles approches du management et leadership
- Développement des systèmes de management
- Digitalisation
- Articulation innovation managériale et pratique du coaching

Module 2 - Option A : Stratégie, techniques et outils de la pratique de l'Executive coaching : accompagnement de dirigeants et managers (13j) :

- Finalité, démarche, structure et méthodologie générale du coaching de managers et dirigeants.
- Fondamentaux de l'approche cognitivo-comportementale en executive coaching.
- Boîte à outils de l'executive coaching : travail des freins de pensée, comportementalisation, démarche centrée solution, identification des forces, clarification des valeurs, pilotage de la performance, développement du leadership, prise de décision, gestion de situations critiques, etc.
- Elaboration et commercialisation de son offre d'executive coaching.

Module 2 - Option B : Stratégie, techniques et outils de la pratique du coaching d'équipe (13j) :

- Finalité, démarche, structure et méthodologie générale du coaching d'équipe.
- Fondamentaux des approches systémique et cognitivo-comportementale en coaching d'équipe.
- Boîte à outils du coaching d'équipe : observations in situ, diagnostics des logiques dysfonctionnelles d'interaction, identification des vulnérabilités matricielles, recadrages, prescriptions, plan d'action, démarche centrée solution, co-développement, etc.
- Elaboration et commercialisation de son offre de coaching d'équipe.

Module 2 - Option C : Stratégie, techniques et outils de la pratique du coaching d'organisation (13j) :

- Finalité, démarche, structure et méthodologie générale du coaching d'organisation.
- Diagnostics sociologique et systémique en coaching d'organisation.
- Boîte à outils du coaching d'organisation : diagnostic organisationnel, analyse stratégique, changement de niveaux logiques, arrêt des tentatives de solutions infructueuses, outils du changement, identification des valeurs, démarche appréciative, etc.
- Elaboration et commercialisation de son offre de coaching d'organisation.

Module 3 : Supervision du mémoire et de la mise en situation professionnelle (3j)



PERSONNALISATION DE VOTRE PARCOURS :

1/ Choisissez votre Certification :
Executive Master, Diplôme
Universitaire ou Certificat

2/ Choisissez votre/vos spécialisation(s) :
executive coaching, coaching d'équipe,
coaching d'organisation

3/ Obtenez votre
programme personnalisé

	MODULE 1 - Innovations pour le développement des individus & des organisations 9j	MODULE 2 - OPTION A Stratégie, techniques et outils de la pratique de l' executive coaching 13j	MODULE 2 - OPTION B Stratégie, techniques et outils de la pratique du coaching d'équipe 13j	MODULE 2 - OPTION C Stratégie, techniques et outils de la pratique du coaching d'organisation 13j	MODULE 3 - Supervision du mémoire et de la mise en situation professionnelle 3 j
EXECUTIVE MASTER					
					
CERTIFICAT					
PRATIQUE DE L'EXECUTIVE COACHING					
PRATIQUE DU COACHING D'ÉQUIPE					
PRATIQUE DU COACHING D'ORGANISATION					
DIPLÔME UNIVERSITAIRE					
PRATIQUE DE L'EXECUTIVE COACHING					
PRATIQUE DU COACHING D'ÉQUIPE					
PRATIQUE DU COACHING D'ORGANISATION					

Mobiliser la psychologie positive dans sa vie professionnelle

- Formation à Paris ou à Lyon ou à distance en inter ou intra entreprise -

Objectifs

Ce programme de formation innovant de développement personnel en entreprise vise l'apprentissage de compétences psychologiques permettant de développer sens et bien-être au sein de sa vie professionnelle.

Dates et tarifs :

Nous consulter

Public

Cette formation de développement personnel s'adresse aux personnes désireuses de vivre avec plus de sens et de bien-être les situations quotidiennes de leur vie professionnelle.

Programme

- Mieux se connaître grâce aux outils psychométriques d'évaluation en psychologie positive.
- Identifier ses valeurs professionnelles personnelles et les transformer en actions engagées au sein de son entreprise afin de développer plus avant du sens dans son activité.
- Identifier ses forces psychologiques & relationnelles et s'appuyer dessus afin d'accroître son bien-être professionnel au quotidien.
- Développer, chez soi comme chez autrui, dans le cadre de la vie professionnelle, les compétences psychologiques fondamentales de la psychologie positive : entraide et coopération, flexibilité et orientation solution, communication non violente, prendre soin de soi et des autres, prise en compte des éléments satisfaisants quotidiens et défocalisation exclusive du négatif, bienveillance et gratitude, empathie et altruisme.

Méthodologie pédagogique

- Ce programme de formation novateur, fruit de la recherche internationale actuelle en psychologie appliquée, est réalisé en partenariat avec Demos Group, un des leaders européens de la formation professionnelle en entreprise.
- Evaluation de son niveau de développement de sens et de bien-être professionnel, avant et après ce programme de formation, grâce à des outils psychométriques scientifiquement validés (accès personnel confidentiel aux résultats).
- Elaboration d'un plan d'action opérationnel post-formation.

Utiliser la pleine conscience pour vivre plus sereinement les difficultés professionnelles quotidiennes

- Formation à Paris ou à Lyon ou à distance en inter ou intra entreprise -

Objectifs

Ce programme de formation innovant de développement personnel en entreprise vise l'apprentissage de compétences psychologiques de pleine conscience (mindfulness) permettant de faire face de façon plus apaisée aux difficultés quotidiennes de sa vie professionnelle au sein des organisations.

Dates et tarifs :

Nous consulter

Public

Cette formation s'adresse aux personnes désireuses de vivre plus sereinement les situations quotidiennes de leur vie professionnelle.

Programme

- Mieux se connaître grâce aux outils psychométriques d'évaluation en pleine conscience.
- Face aux écueils de la vie professionnelle quotidienne, prendre conscience, afin de mieux les gérer, de ses automatismes de réaction (pensées, émotions, sensations, conduites) et de leurs conséquences.
- Mettre en place un nouveau rapport, plus apaisé, à ses pensées & émotions difficiles en réponse aux problématiques usuelles de la vie professionnelle.
- Se désemparer de l'absorption dans les ruminations mentales à propos des relations et des événements professionnels difficiles.
- Face aux situations professionnelles critiques, apprendre à ne plus lutter contre ses ressentis désagréables normaux afin de gérer plus sereinement ses émotions difficiles.
- Elargir sa présence ici et maintenant et son champ attentionnel afin de mieux comprendre les situations et les relations professionnelles tendues et d'y faire face plus efficacement.

Méthodologie pédagogique

- Ce programme de formation novateur, fruit de la recherche internationale actuelle en psychologie appliquée, est réalisé en partenariat avec Demos Group, un des leaders européens de la formation professionnelle en entreprise. Il utilise des nouvelles technologies de mesure physiologique des niveaux de stress afin d'évaluer l'effet positif des compétences psychologiques acquises.
- Mesure objective, pendant le stage, de ses progrès d'utilisation des compétences psychologiques de pleine conscience grâce à des capteurs physiologiques de niveau de stress (biofeedback).
- Evaluation de son niveau de développement de sérénité professionnelle, avant et après ce programme de formation, grâce à des outils psychométriques scientifiquement validés (accès personnel confidentiel aux résultats).
- Elaboration d'un plan d'action opérationnel post-formation.

Développer son efficacité relationnelle et professionnelle avec les matrices cognitives

- Formation à Paris ou à Lyon ou à distance
en inter ou intra entreprise -

Objectifs

Fruit de la R&D de Chryssippe, le modèle des Matrices est issu de la compilation des recherches scientifiques internationales contemporaines portant sur les modes de fonctionnement cognitivo-comportementaux à l'origine de l'efficacité (vs de l'inefficacité) des activités professionnelles (phénomène des « biais cognitifs »). 7 grands facteurs d'efficacité ont ainsi été identifiés et constituent les 7 compétences transversales (les « matrices »), compétences dont la présente formation vise le développement.

Dates et tarifs :

Nous consulter

Public

Cette formation s'adresse aux personnes souhaitant optimiser leurs relations et leur communication professionnelles.

Programme

- Bien analyser et évaluer les situations et les individus afin d'être plus efficace dans ses relations et ses actions :
 - Développer son amplitude relationnelle et professionnelle
 - Développer sa lucidité relationnelle
 - Développer sa lucidité relationnelle et professionnelle
- Produire du changement face aux situations et aux individus afin d'améliorer ses relations et ses actions :
 - Développer sa décentration relationnelle et professionnelle
 - Développer son innovation relationnelle et professionnelle
 - Développer son autonomie relationnelle et professionnelle
- Voir autrement les situations et les individus afin de renforcer son aisance relationnelle & professionnelle :
 - Développer son équilibre relationnel et professionnel
 - Développer sa flexibilité relationnelle et professionnelle

Méthodologie pédagogique

- Cette formation est basée sur des simulations, des exercices et des mini-cas débriefés, ainsi que sur la fabrication d'un plan d'action post-formation.

Programme CARE Appréhender sa vie professionnelle de façon plus sereine et cohérente

- Programme de développement personnel
en entreprise exclusivement en ligne -

Le programme CARE pour Cohérence, Attention, Relation et Engagement, regroupe différentes pratiques issues de la psychologie positive.

Développé par **Rébecca Shankland et Christophe André**, le programme CARE a été l'objet de diverses validations scientifiques quant à son efficacité.

Fruit de l'activité du pôle R&D de Chryssippe, sa version en ligne permet un suivi à distance et de progresser chacun à son rythme.

Objectifs

- Réorienter l'attention vers les aspects satisfaisants du quotidien professionnel
- Développer une attitude bienveillante par rapport à son environnement de travail
- Accroître sens et engagement dans des actions qui correspondent à ses valeurs professionnelles



Vivre le programme

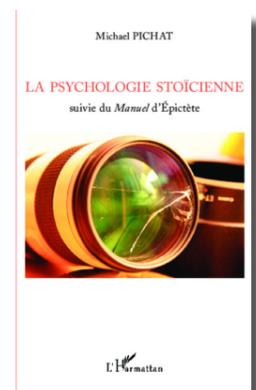
- Le programme est composé de 8 séquences de e-learning, à raison d'une par semaine. Chaque séquence contient entre autre :
 - Trois activités (en moyenne) à travailler
 - Des présentations des principales notions de psychologie positive et de mindfulness allant être travaillées durant la semaine
 - De courtes vidéos expliquant les pratiques à effectuer durant la semaine
 - Des fiches-outils et des fiches de support, à télécharger, afin d'étayer les activités à réaliser
 - Des témoignages de participants

NOS OUVRAGES



Manuel de coaching cognitif et comportemental

INTERÉDITIONS



La psychologie stoïcienne

L'HARMATTAN



Changer et coacher avec les matrices cognitives

INTERÉDITIONS

A PARAÎTRE

Manuel de TCC 3e vague par Michaël Pichat et Rebecca Shankland

DUNOD

PLACE DU MARECHAL DE LATTRE DE TASSIGNY

75016 PARIS

70. AVENUE DENFERT-ROCHEREAU

75014 PARIS

1. PARVIS DE LA DEFENSE PAROI NORD

92044 PARIS

6. PLACE SATHONAY

69001 LYON

3. RUE FERNAND REY

69001 LYON

WWW.CHRYSIPPE.ORG

administration@chrysisippe.org

09.62.60.48.94

