

# Programme de formation

Niveau 2 au Modèle IFS (Internal Family Systems<sup>SM</sup>)  
Une semaine d'approfondissement

- **Public concerné**

Psychothérapeutes, psychologues, médecins, conseillers conjugaux, personnes engagées dans la relation d'aide, coaches, médiateurs, pédagogues, formateurs, personnes en situation de gestion de ressources humaines.

- **Pré requis**

Avoir participé à un niveau 1 dispensé par des formateurs certifiés par IFS-Institute.

- **Durée de la formation**

5 jours soit 32 heures

- **Objectifs de l'action de formation**

En collaboration avec IFS-Institute (USA), cette formation permet d'approfondir la compréhension des concepts thérapeutiques du modèle systémique IFS développé par Richard Schwartz, PhD (Internal Family Systems<sup>SM</sup>) au service d'une pratique professionnelle.

Le stagiaire explorera son propre système intérieur dans le but de favoriser sa clarté sur ses modes de fonctionnement et sa capacité d'intégrer et utiliser les outils du modèle IFS dans sa pratique professionnelle.

- **Contenu de la formation**

**1<sup>er</sup> jour : Révision du modèle IFS**

1. Explorer l'intégralité de la séquence de thérapie en IFS
2. Les étapes du processus : les 6 F
3. Techniques de désamalgamage
4. Le continuum du Self
5. Les peurs des protecteurs
6. Les polarisations – Les alliances – Les polarisations manager / pompier
7. Accès direct implicite et explicite

**2<sup>ème</sup> jour : Comment travailler avec les Exilés, le processus de déchargement**

1. Les parties exilées
2. Comment accueillir la souffrance de l'exilé
3. Les étapes du déchargement, les différents types de déchargement
4. Le corps, en thérapie IFS, au cours du processus de déchargement
5. Le processus de guérison des blessures

**3<sup>ème</sup> jour : Les fardeaux hérités**

1. Fardeaux culturels, fardeaux transgénérationnels
2. Biais culturels - Les représentations et les croyances héritées
3. Le travail avec les patients porteurs d'un fardeau transgénérationnel
4. Processus de déchargement des fardeaux transgénérationnels

**4<sup>ème</sup> jour : La relation thérapeutique, les parts du thérapeute, les parts Self-like**

1. La relation thérapeutique, les 5 P
2. Les parts du thérapeute, les parts Self-like
3. Le Self du thérapeute
4. L'énergie du Self

**5<sup>ème</sup> jour : l'IFS, un modèle psycho-spirituel IFS et spiritualité - Intégrer les différents éléments**

1. IFS et spiritualité
2. Intégration des différents éléments
3. Temps de clôture de la formation

**Institut francophone pour le développement du self leadership**

Siège Social : 40 rue de la Tour 92240 Malakoff

Correspondance : Claire-Lise Vertet – 12, rue de la Gare – 03200 VICHY

Association loi 1901 n° W 142009322 – n° SIRET : 537 829 103 000 36

Organisme de formation enregistré sous le n°11 92 21373 92

- **Moyens d'encadrement**

**Osnat Arbel**, PhD (Philosophiae Doctor), LMFT (Licensed Marriage and Family Therapist), est un Lead Trainer en Israël. En tant que cofondatrice de l'Institut israélien pour l'IFS, elle forme, supervise et facilite les groupes tout en vivant le modèle IFS à la fois personnellement et professionnellement. Dans sa pratique privée, elle propose des thérapies à base d'IFS pour les individus, les couples et les familles. Elle est membre clinique de l'AAMFT et superviseuse agréée, partageant actuellement son temps entre Israël et le Colorado. En Israël, elle enseigne des cours MFT à l'Université de Tel-Aviv et au Tel-Hai Academic College et supervise des stages de MFT. Au Colorado, elle occupe un poste de professeure adjointe au campus Argosy University / Denver, où elle enseigne dans les programmes de Counseling et de MFT.

La traduction est assurée par une personne formée au modèle IFS qui maîtrise les termes spécifiques au modèle dans les deux langues. La formatrice est secondée par une équipe d'assistants, coordonnée par Marie Capron et Véronique Jaillette. Il est prévu un assistant pour 3 à 4 stagiaires pour encadrer les moments de pratique par petits groupes. Les assistants sont des personnes ayant suivi au minimum le niveau 2.

- **Moyens pédagogiques utilisés**

La pédagogie inclut :

- Des présentations théoriques et testimoniales du formateur, avec échanges et questions/réponses du public
- Des démonstrations de pratique thérapeutique par le formateur avec un participant volontaire, en présence du groupe, suivies d'un temps de partage des observateurs témoins par rapport à ce qui a été observé individuellement.
- Des temps d'exercices de mise en de pratique supervisée. En petits groupes, en duo : rôle de thérapeute/client en présence d'un assistant, ou en trio thérapeute/client/observateur en présence également d'un assistant. Ces groupes sont supervisés par le formateur.
- Des temps d'échange en grand groupe

- **Supports communiqués**

Chaque stagiaire reçoit un livret comprenant :

Des fiches pédagogiques

Un rappel des différents thèmes abordés

Une feuille d'évaluation de fin de module

- **Moyens techniques utilisés**

La formation se déroulera dans une salle assez grande pour permettre à tous les stagiaires, assistants et formatrice d'être assis sur des chaises disposées en cercle. D'autres espaces pourront être utilisés pour les exercices en petits groupes.

- **Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action et d'en apprécier les résultats**

Nous mettons en œuvre une évaluation coproduite avec les stagiaires eux-mêmes. Cet aspect a une fonction pédagogique en soi, car pouvoir reconnaître ses avancées et ses acquisitions est un puissant facteur d'intégration de nouvelles aptitudes. Le faire dans un groupe favorise le co-apprentissage. A la fin de la formation, une feuille d'évaluation sera remise à chaque stagiaire lui permettant d'évaluer ses acquis, les modalités pédagogiques et le contenu de la formation. Cette évaluation permet au/à la participant/e de mesurer ses acquis de formation.

- **Lieu de la formation**

Centre Vincentien, 97 rue de Sèvres à Paris

- **Horaires de la formation**

9h-12h30 et 14h-17h30 (17h le dernier jour)