

Programme de formation

Niveau 1 au Modèle IFS (Internal Family SystemsSM)

Formation de 4 fois 4 jours soit 84 heures

- **Public concerné et prérequis**

Cette formation s'adresse aux professionnels qualifiés de la santé mentale. Un entretien préalable individuel avec un responsable de la formation aura lieu afin de s'assurer que cette formation correspond à l'attente du postulant et que son profil correspond à celui requis pour constituer un groupe. Ces cursus de formation n'ont pas de visée thérapeutique. Les futurs praticiens sont invités à un travail personnel en thérapie.

- **Objectif**

En collaboration avec IFSI (IFS Institute) (USA), cette formation tend à développer la compréhension des concepts thérapeutiques de base du modèle systémique IFS développé par Richard Schwartz, PhD (Internal Family SystemsSM) 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 d'utiliser les outils du modèle IFS dans sa pratique professionnelle.

L'obtention de l'attestation de praticien IFS permet de pratiquer le modèle en relation d'aide, dans le respect de la législation en vigueur dans le pays de chaque participant.

Une description du modèle est disponible sur le site www.ifs-association.com

- **Programme des 4 sessions**

Le programme est donné à titre indicatif. Il est susceptible d'être ajusté aux demandes des participants et/ou peut varier selon la pédagogie de chaque formateur. Le stagiaire s'engage à participer aux quatre sessions de formations.

Session 1

Jour 1
Accueil
Méditation
Fondements de la formation
Présentation générale de l'IFS : histoire, hypothèse du modèle, types de parts, le Soi, et autres concepts de l'IFS
Parler pour les parts
Groupes de réflexion

Jour 2
Accueil
Méditation
De l'histoire au voyage intérieur
Déroulé du modèle et des 6F
Désamalgamage
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Jour 3
Accueil
Méditation
Le système protecteur - les managers
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Jour 4
Accueil
Méditation
Le système protecteur – les pompiers
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Session 2

Jour 5
Accueil
Méditation
Exils et fardeaux
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Jour 6
Accueil
Méditation
Étapes de guérison
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Jour 7
Accueil
Méditation
Adresser et négocier les préoccupations des protecteurs
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Jour 8
Accueil
Temps de méditation
Polarisations
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Questions et réponses
Groupes de réflexion

Session 3

Jour 9
Accueil
Révisions
Pierres d'achoppement
Questions et réponses
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Jour 10
Accueil
Méditation
Accès direct
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Jour 11
Accueil
Méditation
L'IFS et le corps
L'IFS et la maladie
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Jour 12
Accueil
Méditation
La relation thérapeutique et les parts du thérapeute
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Session 4

Jour 13
Accueil
Méditation
Approfondir le travail avec les exilés
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Jour 14
Accueil
Méditation
Fardeaux culturels et héritage
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Jour 15
Accueil
Méditation
Approfondissement des thèmes (à déterminer)
Démonstration avec un formateur
Groupes de pratique
Groupes de réflexion

Jour 16
Accueil
Temps de méditation
Intégration et achèvement
Se lancer dans la pratique après la formation
Espace ouvert pour les questions et les réponses
Groupes de réflexion
Cercle de clôture

- **Les Formateurs et les assistants**

La formation sera animée par Carolina Abreu et Chady Rahme.

Carolina Abreu est psychologue et psychothérapeute certifiée (certifiée par l'OPP – Ordre portugais des psychologues et l'EFPA – Fédération européenne des associations de psychologues). Elle est thérapeute et formatrice en IFS auprès de l'IFS Institute. Elle travaille en libéral, où elle offre des services de supervision et de thérapie basée sur l'IFS à des personnes du monde entier. Elle a collaboré à de nombreux ateliers IFS, en particulier au sein de la communauté IFS portugaise. Elle a participé à plusieurs formations internationales en IFS et a eu le privilège de travailler et d'apprendre auprès des plus grandes références du modèle. Elle aime participer et soutenir la création et l'expansion des communautés IFS et s'engage pleinement à aider le maximum de personnes à accéder à ce modèle et à l'intégrer au plus juste.

Chady Rahme, PhD, LCP est professeur agrégé universitaire de psychologie et directeur du centre Ithraa pour l'enrichissement relationnel, branche du Liban. Il a aidé à concevoir des programmes de consolidation de la paix utilisés pour la résolution des conflits au Moyen-Orient et pour un nouveau camp de jeunes basé sur l'IFS au Liban.

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 Magali Fabre. 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 1.

- **Pédagogie de la formation**

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, suivi d'un temps de partage des observateurs témoins par rapport à ce qui a été observé individuellement.
- Des temps d'exercices 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.

Chaque journée de formation comprendra une alternance de moments théoriques (environ 30%) et de moments expérientiels (environ 70%).

- **Dispositif d'évaluation**

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.

- **Documents et supports pour le stagiaire**

Chaque stagiaire reçoit un livret comprenant :

Des fiches pédagogiques

Un rappel des différents thèmes abordés

Une feuille d'évaluation de fin de chaque module

- **Lieu de la formation**

En ligne

- **Horaires et durée de la formation**

De 12h à 18h30, avec des pauses en cours de journée, soit 84 heures pour 16 jours de formation