



Coaching 3ème vague®

**10 jours de formation,
8 experts,**



**pour une approche expérimentuelle du coaching,
ancrée dans la psychologie contemporaine.**

coaching3vague@gmail.com

Une pratique expérientielle et intégrative.

La troisième vague est le nom donné à un ensemble de pratiques d'accompagnement émergentes se positionnant comme une évolution majeure des thérapies comportementales et cognitives.

Ces pratiques se distinguent de leurs prédecesseurs par un abandon de la diminution du symptôme au profit d'une amélioration globale de la vie du client vu selon une perspective holistique, intégrant autant le corps, les émotions, les cognitions, les comportements que l'environnement physique et relationnel de la personne et respectueuse de l'histoire individuelle de chacun.

Les objectifs d'accompagnement sont définis en fonction de ce qui met du sens dans la vie de la personne, tant sur le plan individuel, interpersonnel que spirituel.

Ces pratiques partagent une base d'outils communs intégrant l'acceptation de ses ressentis, la présence à soi et aux autres, la distanciation des pensées et du langage, la bienveillance envers ses faiblesses, le courage d'affronter ses peurs, la reconnaissance de soi comme ayant une valeur inaltérable et l'engagement dans des directions de vie signifiantes et librement choisies.

Egide Altenloh, psychologue.

Programme



Module 1 (3 jours) **5,6,7 juillet 2018.**

- Introduction à la flexibilité psychologique.
- Applications au coaching de la théorie polyvagale.
- Approche intégrative centrée sur les émotions.

Module 2 (4 jours) **12,13,14,15 septembre 2018.**

- Interventions brèves basées sur l'acceptation et l'engagement (FACT).
- Acceptation, engagement, clown et coaching.
- Flexibilité émotionnelle par le geste et le mouvement.
- Coaching narratif (méthode David Drake).

Module 3 (3 jours) **11,12,13 octobre 2018.**

- Coacher avec le modèle des entreprises humanistes.
- Nourrir sa pratique de coaching des apports de la spiritualité et de la pleine conscience.
- Se réconcilier avec son ennemi intérieur.
- Clôture.

Les experts



Maarten Alberse

Psychologue, formateur très actif dans la communauté ACT - Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - membre du groupe international de Médecine Contextuelle. Auteur de nombreux articles, il est co-auteur de deux ouvrages de référence sur la régulation des émotions et les neurosciences.



Egide Altenloh

Psychologue comportementaliste, cofondateur de l'Association Francophone de Science Comportementale Contextuelle, il a participé à la traduction et à l'écriture de plusieurs publications sur la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement et la pleine conscience.



Gilles Favro

Coach de dirigeants, spécialiste des sciences du comportement, de la psychologie contextuelle et de la présence attentive centrées sur l'amélioration de l'expérience de vie, de la performance (travail - sport de haut niveau) et de la croissance personnelle.



Jacques Lecomte

Docteur en psychologie, universitaire, expert francophone de la psychologie positive et auteur de multiples ouvrages de référence. Président d'honneur de l'Association française et francophone de psychologie positive, Lauréat en 2016 du Grand Prix Moron de l'Académie Française pour l'ouvrage « *La bonté humaine* ».



Yasmine Lienard

Psychiatre, psychothérapeute, addictologue, ancienne chef de clinique de l'hôpital Sainte Anne, elle conduit des groupes de thérapie cognitive fondée sur la pleine conscience. Elle est l'auteur de plusieurs livres sur la pleine conscience et la spiritualité.



Joséphine Loftus

Psychiatre responsable de l'unité pour les troubles de l'humeur au Centre Hospitalier Princesse Grace Monaco. Elle anime des groupes ACT depuis 2011 et des groupes FACT depuis 2014. Elle utilise la 3^{eme} vague pour former et motiver les équipes de l'unité.



Pierre Somers

Scénariste, coach narratif, formé par David Drake, traducteur francophone de la méthode de coaching narratif, qui propose au client de prendre conscience de son histoire et d'agir sur son récit pour l'influencer positivement.



Jean-Christophe Seznec

Psychiatre, médecin du sport, spécialiste en thérapie comportementale et cognitive et en thérapie ACT, auteur de plusieurs livres sur la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement ; il s'intéresse depuis de nombreuses années au corps à travers la danse et le travail du clown.

La formation

Pédagogie

10 jours de formation en 3 modules - 70 heures de formation.

Le cycle pédagogique s'organise en deux modules de 3 jours et un module de 4 jours sur un période de 6 mois, afin de faciliter l'acquisition, l'expérimentation et la mise en pratique des connaissances et des compétences acquises au cours de la formation.

La pédagogie est expérientielle. Il s'agit pour chaque participant de vivre une expérience au travers de son apprentissage. Le cursus a pour objectif de favoriser une attitude d'ouverture et de curiosité afin d'observer, ressentir, percevoir en conscience ce qui se passe dans l'expérience du moment. Cet apprentissage est transférable dans la relation de coaching et facilite la flexibilité psychologique du coach et de son client, ainsi que l'acceptation et l'engagement.

La pédagogie de chaque module vise en s'appuyant sur le vécu et les attentes des participants de structurer une approche adaptée aux réalités de chacun, en faisant alterner les mises en situation didactiques, les expérimentations, les métaphores, les apports de connaissances et les retours d'expérience.

Certificat de compétences : sous réserve que chaque module ait été suivi avec assiduité et implication et après validation d'un mémoire d'application pratique, sous forme d'étude de cas d'un accompagnement individuel (2 500 mots).

Coordination pédagogique et co-animation : Egide Altenloh et Gilles Favro

A qui s'adresse cette formation ?

- Coachs certifiés par une école de coaching avec 3 ans de pratique professionnelle.
- Psychothérapeutes confirmés ayant une activité de coaching.

Admission sur dossier, après entretien préalable.
Accompagnement thérapeutique exigé pendant toute la durée du cursus.

Frais de formation

2 250 €. H.T

Lieu de formation

Paris (75) - France

Calendrier 2018

Module 1 : **5,6,7 juillet.**
Module 2 : **12,13,14,15 septembre.**
Module 3 : **11,12,13 octobre.**

Remise des travaux : **30 novembre 2018.**
Feed-back individuel : **31 janvier 2019.**



**Coaching
3ème vague®**

coaching3vague@gmail.com