



# OPALE PSYCHOLOGIE

✉ CONTACT@OPALE-PSYCHOLOGIE.COM ☎ 0692 25 44 31

100 CHEMIN BOISSY . APPT 10 RÉSIDENCE LES COCOS . 97410 SAINT PIERRE  
SAS . SIRET : 843 953 498 00022 . CODE APE : 8690F

## INTUITION, DISCERNEMENT ET PRESENCE

### PROGRAMME DE FORMATION

#### OBJECTIFS DE LA FORMATION

Renforcer la capacité à rester présent, ancré et intuitif en contexte de débat ou d'opposition. Apprendre à exposer un point de vue sans chercher à imposer, accueillir la contradiction sans réactivité défensive ou agressive, et maintenir un cadre clair et sécurisant sans basculer dans l'autoritarisme. Développer une posture stable, juste et consciente.

#### PUBLIC ET PRE-REQUIS

Pour que le stagiaire puisse suivre au mieux l'action de formation définie ci-dessus, il est précisé que ce dernier doit posséder, avant l'entrée en formation, le certificat PSI.CO ou de PsychOstéo Thérapeute certifié de l'École LETHIE-C ou être en formation complète en PsychOstéo Thérapie.

#### LE PROGRAMME

Pratiques de recentrage pour soutenir l'intuition en situation de tension. Exercices de connexion au cœur d'une discussion : écouter au-delà des mots, sentir l'intention, ajuster la réponse. Simulations de débats et de conflits : expression d'un point de vue sans imposition, accueil de l'opposition sans fermeture, maintien d'un cadre souple et ferme à la fois. Travail sur la posture, le ton, le corps et la respiration. Débriefings collectifs pour repérer les mécanismes de défense et consolider une présence mature.

#### MODALITES D'ORGANISATION

La durée de la formation est fixée à 8 heures, réparties sur 2 journées, de 8h00 à 12h00 (métropole) – 11h00 à 15h00 (Réunion) puis 11h00 à 15h00 (métropole) – 14h00 à 18h00 (Réunion). La formation sera suivie en distanciel, par le biais de la plateforme Teams.

Les modalités de connexion seront précisées au plus tard 15 jours avant le démarrage de la formation.

#### DEROULEMENT ET MOYENS PEDAGOGIQUES :

Un travail écrit de synthèse sera demandé au stagiaire et devra être remis en amont de la formation.

L'action de formation se déroulera dans le respect du programme général de formation décrit ci-dessus, et ce, en suivant une alternance d'exposés théoriques et de pratiques.

Les stagiaires pourront régulièrement intervenir au cours du stage pour poser des questions.

Le formateur veillera à permettre aux stagiaires de disposer régulièrement de la possibilité de s'exprimer et d'échanger et, éventuellement, de confronter sa compréhension des concepts avec les autres stagiaires.

#### MOYENS TECHNIQUES :

Les supports de formation seront projetés en lignes ou envoyés par mail.

#### MODALITES DE SUIVI DE L'EXECUTION :

La présence de chaque stagiaire sera consignée par relevé de présence.

#### PROFILS DU FORMATEUR :

– Monsieur Patrice LE THIEC HUET, psychologue clinicien, formé en EMDR, HTSMA, Hypnose et en pratiques manuelles par un ostéopathe.

#### ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation.

Référent handicap : Patrice LE THIEC HUET +262 692 25 44 31