

# Programme de Développement

-

## Devenir Thérapeute/Coach

### Un programme de développement plutôt qu'une formation ?

Ce programme est avant tout **un espace de développement personnel et professionnel**, où chaque participant devient **acteur de sa transformation**. Contrairement à une formation classique, qui peut se concentrer uniquement sur l'acquisition de connaissances ou de techniques, ce programme met l'accent sur votre déploiement individuel et votre évolution concrète en tant qu'accompagnant, thérapeute ou coach.

**Être acteur** de votre propre développement signifie que vous intégrerez immédiatement ce que vous apprenez, **en le testant, en l'expérimentant dans votre pratique dès la fin de chaque session**. Ce n'est pas une simple transmission de savoirs : c'est un processus dynamique où vous êtes au centre, en train de transformer vos apprentissages en actions. Cela vous permet de vous mettre en mouvement immédiatement, de commencer à appliquer ce que vous avez intégré dans vos séances ou projets, pour un impact concret et rapide.

Mon rôle est de vous offrir **les outils, le cadre, et les ressources**, mais **c'est vous qui ferez votre miel de chaque apprentissage**. Ce processus permet une **mise en pratique immédiate** qui vous aide à progresser pas à pas, en consolidant votre confiance et vos compétences après chaque module. Cela vous offre la possibilité de **vous déployer pleinement** et de faire évoluer votre identité professionnelle, tout en adaptant les acquis à **votre propre rythme**.

**Ce programme de développement est donc conçu pour vous permettre de passer à l'action dès le début, en vous engageant activement dans votre propre transformation.**

**Mon accompagnement a pour but de vous apporter l'énergie, le savoir être, le savoir faire, la confiance et la légitimité nécessaires pour vous affirmer dans ce rôle à responsabilité.**

Avec mes 20 ans d'expérience en thérapie et 15 ans en coaching, je vous guiderai pour :

- ◇ **Acquérir des outils d'accompagnement adaptés** à votre pratique, ainsi qu'une **approche spécifique du patient** et de ses problématiques, afin de mieux comprendre et répondre à ses besoins.
- ◇ **Élaborer votre propre style** en combinant vos compétences et votre personnalité.
- ◇ Reconnaître votre savoir-faire et le transformer en **une pratique cohérente** et authentique qui vous ressemble.
- ◇ **Consolider la confiance professionnelle** pour vous lancer avec succès et sérénité.

Je suis consciente que **la légitimité** est souvent un frein pour de nombreux praticiens, qu'ils soient débutants ou confirmés. Beaucoup de thérapeutes en herbe sont confrontés au **syndrome de l'imposteur**, cette impression de ne pas être à la hauteur ou de ne pas mériter leur place.

Ensemble, nous travaillerons à **lever ces blocages et à renforcer votre assurance intérieure** pour que vous puissiez enfin affirmer : *"Je suis thérapeute"*.

Mon approche repose sur **un cadre simple et efficace**, sur **des années d'expériences** dans des situations toutes différentes, sur **un recul sur ce que les patients et clients attendent** d'un accompagnement.

Ensemble, nous créerons une dynamique qui vous permettra de **réussir et de vous épanouir dans votre activité**, tout **en restant fidèle à vous-même**.

## A qui s'adresse ce programme ?

1. **Celles qui n'ont aucune formation dans les outils ou techniques d'accompagnement**, mais qui ressentent une envie d'aider les autres et se demandent si elles sont faites pour devenir thérapeute ou coach. Ce programme est l'occasion d'explorer cette voie, de découvrir ce que cela signifie réellement d'accompagner quelqu'un, et de voir si ce métier résonne avec vos aspirations profondes. À travers des modules pratiques et introspectifs, vous aurez l'occasion de clarifier si cette carrière correspond à vos valeurs et compétences naturelles. Et même si cette voie n'était finalement pas validée pour vous, la formation vous apportera des **compétences relationnelles, de communication et d'écoute active** qui vous seront utiles dans tous les aspects de votre vie personnelle et professionnelle.
2. **Celles qui se sont déjà formées à un ou plusieurs outils ou techniques**, comme l'EMDR, la sophrologie, la PNL, mais qui ne se sentent pas encore pleinement à l'aise dans leur pratique. Vous avez peut-être acquis de solides bases théoriques, mais ces formations n'ont pas permis de développer en profondeur le **savoir-être** et le **savoir-faire** nécessaires pour vous sentir légitime et confiant dans l'accompagnement. Ce programme vous offrira un cadre pour renforcer cette confiance, en travaillant sur votre posture, votre relation aux autres, et en vous aidant à intégrer ces outils de manière fluide et personnalisée dans votre pratique.
3. **Celles qui pratiquent déjà en tant que thérapeutes ou coachs**, mais qui souhaitent aller plus loin dans leur développement professionnel. Vous avez déjà de l'expérience, mais vous sentez qu'il vous manque encore une **identité claire et affirmée** en tant qu'accompagnant. Ce programme vous aidera à définir votre style unique, à affiner votre positionnement, et à structurer votre activité pour **accélérer votre développement**. En plus d'affiner vos compétences techniques, nous travaillerons ensemble à développer votre **savoir-être** et votre **savoir-faire**, indispensables pour maximiser votre impact et attirer une clientèle fidèle. Vous apprendrez à structurer une pratique épanouissante et durable.

### Ce programme s'adresse à différents types de professionnels :

#### 1. Professionnels du Coaching

Si vous êtes déjà formé au coaching et que vous ressentez le besoin d'aller plus loin dans votre pratique, en intégrant des compétences thérapeutiques, cette formation est faite pour vous. Elle vous permettra d'accompagner des clients confrontés à des défis émotionnels ou psychologiques plus complexes. Vous apprendrez à naviguer dans des processus de changement plus profonds et à aborder des problématiques qui dépassent les outils classiques de coaching.

#### Pourquoi suivre cette formation ?

En tant que coach, il peut arriver de se retrouver face à des blocages émotionnels ou des schémas comportementaux que les techniques habituelles de coaching ne suffisent pas à traiter. Ce programme de développement vous apportera des outils thérapeutiques concrets pour explorer et comprendre ces dynamiques plus subtiles. Vous serez capable d'accompagner vos clients non seulement dans l'atteinte de leurs objectifs, mais aussi dans la libération de croyances limitantes ou de freins émotionnels qui les empêchent d'avancer.

#### 2. Professionnels Formés à des Techniques de Développement Personnel ou de Gestion des Traumatismes

Cette formation s'adresse également aux praticiens déjà formés à des méthodes telles que l'**EMDR**, la **sophrologie**, les **méthodes énergétiques**, les **constellations familiales**, ou encore l'**hypnothérapie**, qui souhaitent enrichir leur pratique en intégrant des outils supplémentaires de coaching et de thérapie.

Si vous travaillez déjà dans ces disciplines, vous avez peut-être constaté que vos clients traversent des phases de transition où il devient nécessaire d'intégrer des approches plus larges pour faciliter leur progression. Ce programme de développement vous permettra d'acquérir une vision plus complète des processus psychologiques et émotionnels, vous dotant ainsi de nouvelles méthodes pour mieux structurer vos accompagnements.

### **Pourquoi suivre cette formation ?**

Cette formation vous apportera une meilleure compréhension des résistances ou blocages que vos clients peuvent rencontrer, tout en vous offrant des techniques de soutien plus complètes pour faciliter la mise en œuvre concrète des transformations dans leur vie quotidienne. Vous gagnerez ainsi en aisance et en assurance pour accompagner vos clients vers des résultats plus durables.

### **3. DRH et Responsables RH Sensibles à l'Humain**

Si vous êtes **Directeur ou Responsable des Ressources Humaines**, et que vous avez à cœur de soutenir vos collaborateurs au-delà des simples pratiques de gestion, ce programme de développement peut vous permettre d'acquérir des compétences en accompagnement. Que ce soit pour mieux gérer les situations de stress, prévenir le burn-out, ou encore faciliter la gestion des conflits internes, cette formation vous donnera des clés pour comprendre les dynamiques émotionnelles et psychologiques au sein de l'entreprise.

### **Pourquoi suivre cette formation ?**

En entreprise, les problématiques de bien-être au travail et les difficultés psychologiques sont de plus en plus fréquentes. Avec cette formation, vous serez mieux équipé pour accompagner les employés dans la gestion de leurs difficultés, tout en cultivant un environnement de travail plus serein et équilibré.

### **4. Personnes en Transition Professionnelle Vers l'Accompagnement**

Si vous êtes en quête de reconversion professionnelle et que vous souhaitez vous orienter vers une carrière d'accompagnement, cette formation vous apportera les bases nécessaires. Que vous veniez du management, de la communication, du monde artistique ou de tout autre secteur, cette formation vous permettra de développer des compétences solides pour commencer à accompagner les autres de manière professionnelle.

## **CONTENU DU PROGRAMME DE DEVELOPPEMENT**

Ce programme de Développement est conçu pour fournir aux thérapeutes et Coachs en devenir, ainsi qu'à ceux qui souhaitent approfondir leur pratique, une compréhension complète des concepts clés, des outils thérapeutiques, et des défis professionnels qu'ils peuvent rencontrer. Le programme se déroule sur 9 séances de 4h00 chacune, combinant théorie et supervision.

### **Module 1 : Le Rôle du Thérapeute/Coach : Posture et Responsabilité**

- Les Fondamentaux du Rôle du Thérapeute/Coach : Quelles sont les attentes et les responsabilités ?
- La Posture du Thérapeute/Coach : Comment incarner une présence empathique et sécurisante
- Les Compétences essentielles

- Gestion de la Distance Professionnelle : Créer un lien tout en préservant les frontières & limites.
- Éthique et Déontologie : Les principes essentiels à respecter dans la pratique.
- Les outils fondamentaux pour élargir votre connaissance : la Gestalt, l'analyse Transactionnelle, la PNL, les Niveaux logiques de Dilts et la Pyramide de Maslow

## **Module 2 : La Rencontre avec le Patient : Construire une Relation de Confiance**

- Premières Impressions et Accueil du Patient : Comment instaurer un climat de confiance dès le début.
- Comprendre les attentes et besoins du patient : besoins primaires et sous-jacent. Identifier la déflexion
- L'Importance de l'Écoute Active et de l'Empathie : Techniques pour comprendre le patient en profondeur.
- La Relation de confiance : Alliance thérapeutique
- Établissement d'Objectifs Thérapeutiques ou de coaching : préparation du cadre et 1<sup>er</sup> jalon des objectifs.

## **Module 3 : Établir le Cadre Thérapeutique/Coaching : Structurer la Relation de Travail**

- Définition et Explication du Cadre Thérapeutique/coaching : Importance des règles et limites.
- Les Règles du cadre : Limites, engagement et confidentialité
- Les Contrats Thérapeutiques/coaching : Objectifs, durée et modalités.
- Gestion des Attentes du Patient : Clarifier les rôles et responsabilités.
- Prise en Compte des Imprévus et Ruptures de Cadre : Comment gérer les situations inattendues.
- Rôle de l'argent dans la relation thérapeutique/Coaching
- Modèles des Positions de vie en AT
- **Les Trois Premières Séances : Poser les Bases d'une Thérapie/Coaching Efficace**
  - Première Séance : Prise de Contact et Établissement du Cadre : Accueil, présentation, établissement du cadre, et premiers objectifs.
  - Deuxième Séance : Approfondissement et Hypothèses de Travail : Anamnèse, premières explorations, et définition des priorités thérapeutiques/Coaching.
  - Troisième Séance : Consolidation et Ajustement du Cadre : Révision des objectifs, travail sur les résistances, et planification des prochaines étapes.

## **Module 4 : La Mission du Thérapeute/ Coach : Accompagner le Patient dans son Processus de Changement**

- Comprendre l'Accompagnement et la Non-Directivité : Favoriser l'autonomie du patient.
- Identifier et Travailler avec les Résistances : Techniques pour dépasser les blocages.
- Le Soutien au Processus de Changement : Faciliter et intégrer les transformations durables.
- Gestion des Cas où le Patient Souhaite Arrêter la Thérapie/Coaching : Comment aborder ce choix.
- Le recadrage PNL
- Carnet de KIFF ou réussites
- Les valeurs
- La matrice d'autoévaluation

## **Module 5 : Les Outils du Thérapeute / Coach : Techniques et Approches Complémentaires**

- Les Outils de Base : Écoute active, empathie, gestion des émotions
- Les hypothèses thérapeutiques et le courage du Thérapeute/Coach

- Techniques Avancées : PNL, Gestalt, EMDR, Constellations familiales, thérapie transpersonnelle
- L'Invisible, l'Intuition, et le Travail Énergétique : Intégrer ces dimensions dans la pratique.
- Le Lieu Thérapeutique comme Outil : Importance de l'énergie et de l'atmosphère.
- Les rêves
- Points sur toutes les thérapies existantes

### **Module 6 : L'Écologie Personnelle du Thérapeute/Coach : Prendre Soins de Soi pour Prendre Soins des Autres**

- Prendre Soins de Soi : Stratégies pour maintenir un équilibre personnel et professionnel.
- Conscience des Jeux Psychologiques : Le triangle dramatique et les pièges à éviter.
- Suivi Psychologique du Thérapeute /Coach : Importance de la supervision et de l'analyse des projections.
- Prévenir le Burn-Out : Signes avant-coureurs et stratégies de prévention.
- Comment maintenir une écologie personnelle équilibrée

### **Module 7 : Développer et Gérer son Activité : Stratégies pour une Pratique Durable**

- Construire un Réseau de Professionnels Complémentaires : Collaboration avec psychiatres, psychologues, etc.
- Diversification des Revenus et Gestion du Temps : Éviter la dépendance financière aux consultations.
- Gestion du Rythme de Travail : Trouver et ajuster son rythme de séances et de récupération.
- Attirer les Patients : Loi de l'attraction et méthode Nikola Tesla pour développer sa clientèle.
- Équilibre vie pro/vie perso

### **Module 8 : Les Défis du Travail Thérapeutique /Coaching : Transferts, Contre-Transfert et Relations Complexes**

- Transfert Positif et Négatif : Reconnaître, gérer, et utiliser ces phénomènes dans la thérapie.
- Le Contre-Transfert : Auto-réflexion et gestion des réactions émotionnelles du thérapeute.
- Gérer la Fin de la Thérapie/Coaching : Émotions liées à la séparation, patients qui ne reviennent plus, et critiques.
- Mise en Fin de Thérapie par le Thérapeute : Quand et comment mettre fin à une relation thérapeutique de manière éthique.

### **Module 9 : Les profils PSY & la gestion du TRAUMA**

- Notion sur les profils psychologiques : psychose, névroses et états limites
- Le trauma : traitement, Thérapie, guérison

Ce programme de développement fournit non seulement les aspects techniques et théoriques de l'accompagnement, mais aussi **les défis personnels et professionnels auxquels un thérapeute /coach peut être confronté** dans sa pratique quotidienne. Les participants apprendront à développer une pratique durable, éthique, et efficace tout en prenant soin de leur propre bien-être.

## Pré-requis pour participer à ce Programme

Ce programme s'adresse à des personnes qui ont déjà entamé un travail personnel sur elles-mêmes. Il est essentiel de bien connaître ses propres **zones d'ombres**, ses blessures émotionnelles et ses traumatismes, et d'être engagé dans un processus de **guérison personnelle**. Ce niveau de conscience de soi est crucial pour pouvoir accompagner les autres de manière éthique et efficace.

- **Expérience personnelle nécessaire** : Avoir travaillé sur ses propres vulnérabilités et blocages est indispensable pour participer pleinement à ce programme. Le travail d'accompagnant nécessite une capacité à explorer ses propres mécanismes intérieurs tout en développant une posture professionnelle.
- **Engagement personnel** : Un âge minimum de 25 ans est requis pour rejoindre cette formation, car elle exige une certaine maturité émotionnelle et la volonté de s'engager dans un travail personnel plus profond, en parallèle de l'apprentissage professionnel.

En rejoignant ce programme de développement, vous vous doterez d'outils nécessaires pour accompagner les autres de manière plus complète, en intégrant des compétences à la fois thérapeutiques et de coaching, et en répondant de manière holistique aux besoins de vos clients.

## Organisation

Le Programme se déroule sur **9 demi-journées de 4h00**, pour un total de **36 heures**, et peut être suivie en **présentiel** ou en **visio**. Chaque séance comprend une partie théorique, des exercices pratiques, et un temps de supervision. Ce format est conçu pour vous offrir une immersion complète, vous permettant d'intégrer progressivement les apprentissages et de les appliquer dans votre pratique.

**Cours préalables** : Les supports de cours vous seront envoyés **15 jours avant chaque séance**, afin de vous permettre de vous préparer activement. Vous serez encouragé à :

- Prendre connaissance du contenu en amont,
- Faire vos recherches complémentaires,
- Noter vos questions ou ce qui n'est pas compris,
- Réfléchir à vos propres besoins d'apprentissage.

Le travail personnel attendu de chaque participant, s'il est réalisé de manière approfondie, au-delà de la simple lecture des supports, prendra environ **3 à 5 heures** par séance. Cela comprend la réflexion sur le contenu, les recherches complémentaires, l'élaboration de questions et l'intégration des notions à travers des exercices pratiques, ainsi que la préparation des supervisions.

Il s'agit d'être **acteur de votre développement** : l'objectif est de transformer chaque séance en un moment interactif et constructif. Vous bénéficierez de l'expérience de **20 ans d'Odile Béziat**, qui enrichira chaque cours avec des exemples concrets, des mises en situation et des partages pratiques. Ainsi, le programme combine un **double apport** :

- **Théorique** : qui vous pousse à être actif dans votre apprentissage et à adapter le contenu à vos besoins,
- **Pratique** : avec un échange actif et des exemples nourris d'expériences constructives pour vous permettre de comprendre et d'intégrer les concepts plus efficacement.

## Dates

PROMOTION 1 - 2024/2025

13 décembre > 10 janvier > 7 février > 7 mars > 11 avril > 16 mai > 13 juin > 4 juillet > 29 août

PROMOTION 2 - 2025

14Fev > 14 Mars > 4 Avril >16 Mai > 20Juin >11 Juillet > 29 Aout > 20 Septembre> 17 Octobre

**Horaires** > 9h00/13h00 - *sauf promotion 2 le 16 mai et 29 aout 14h00-18h00*

**Lieu** > 18 rue du Printemps 75017 Paris - Métro Pont Cardinet ou Villiers

## Coût et Modalités du Programme de développement

Nous vous proposons une formation complète, en petits groupes de qualité ou en individuel, afin de garantir un suivi personnalisé et un accompagnement sur mesure tout au long de votre parcours. Ces groupes peuvent être suivis en présentiel ou en visio.

### Tarifs en Groupe (5 personnes maximum)

- **Pour les particuliers** : 3 600€ pour 36h de Formation en séance et un travail personnel de 3 à 5h/module
- **Pour les professionnels (entreprises, PME)** : 5000€HT pour 36h de Formation

En participant à un groupe de maximum 4 personnes, vous bénéficiez d'un environnement d'apprentissage enrichissant où l'intimité et l'interaction permettent des échanges profonds et personnalisés. Vous y trouverez un équilibre parfait entre théorie, pratique et supervision, avec un accompagnement sur mesure pour chacun.

### Règlement

Il est possible de régler en 4 fois : Acompte a l'inscription de 900€

## Qui suis je

Avec près de 20 ans d'expérience, mon parcours est le reflet d'une vocation profonde et d'une évolution personnelle continue. En 1993, j'ai créé ma première entreprise de placement de produit dans l'industrie du cinéma, tout en entamant une psychothérapie personnelle. Cette étape a marqué le début d'un cheminement qui me semblait naturel, comme si je revenais à ce que j'avais toujours fait, née dans une famille dysfonctionnelle, où accompagner l'autre était presque un réflexe inné.

En 1994, j'ai 23 ans et j'ai démarré ma formation pour devenir thérapeute, un métier que je rêvais de pratiquer depuis toujours. Pendant 7 ans, je me suis formée intensivement, explorant la PNL, l'Analyse Transactionnelle, l'Hypnose Ericksonienne, la Psychopathologie, la Didactique, la Supervision et l'Analyse de dessin, ainsi que la Danse Médecine.

Mais en 2001, j'ai ressenti le besoin de faire un break, de prendre du recul pour intégrer ces enseignements et redéfinir ma voie. À cette période, j'étais directrice adjointe d'une société de communication qui avait racheté mon entreprise, et ma vie personnelle prenait également un tournant. A 30 ans, J'ai rencontré un homme, fondé une famille, et eu deux enfants.

Un événement tragique a frappé ma famille, et c'est à ce moment-là que la bascule s'est opérée naturellement. J'ai pris la place de l'accompagnante, de celle qui soutient et guide. En 2008, j'ai décidé de m'engager pleinement dans ce rôle.

Depuis, je n'ai cessé de me former et d'enrichir ma pratique. J'ai suivi des formations en coaching à HEC, obtenu une certification d'instructeur en pleine conscience auprès de Stéphane Faure (Euthymia), me suis certifiée MBTI et EMDR, J'ai complété ce parcours par une formation d'équithérapeute.

J'ai également entrepris un voyage transformateur en Mongolie. J'ai exploré des états de conscience modifiée, me plongeant dans l'infini pour comprendre et expérimenter au-delà du visible.

Ce parcours professionnel est aussi un chemin de guérison personnelle. Il m'a permis de sortir de l'amnésie traumatique dans laquelle j'étais enfermée, d'accueillir la violence des traumatismes vécus, de les accepter, et d'en faire une force. Aujourd'hui, je ressens l'urgence et la nécessité de transmettre ce savoir-faire, ce savoir-être, et cette expérience unique.

Mon parcours est un témoignage de résilience et d'accompagnement, et c'est cette expérience, riche et multiple, que je souhaite partager.

Je suis Thérapeute-Coach.

Je suis Odile Béziat.

J'ai 53 ans

Je suis guérie