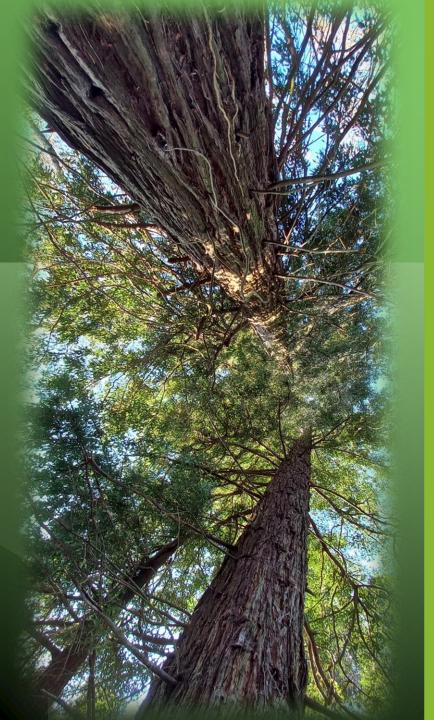


Formation:
faciliter le travail qui relie,
et l'accompagner en
sécurité psychologique
et sécurité relationnelle.

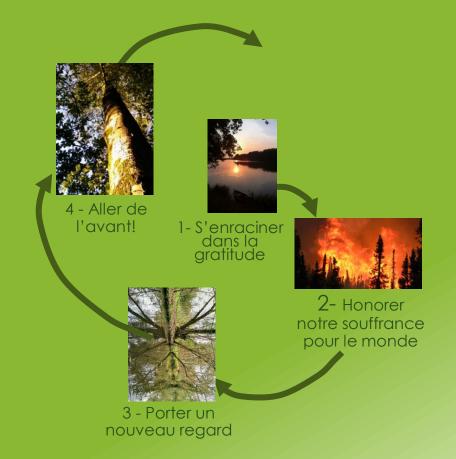
"Le travail qui relie, faut que ça devienne incontournable."

G, psychologue, participant du travail qui relie, militant pour le vivant.



Philosophie de la formation Le travail qui relie, à travers la spirale, développe et nourrit la reliance si necessaire aux êtres humains...

Reliance à soi, à son corps, ses émotions, son imaginaire, reliance aux autres êtres humains, reliance aux autres êtres vivants, reliance à plus grand que soi, reliance à l'action, écologique, sociale, politique.



Et pour croitre de manière optimale et atteindre sa pleine maturité, la graine de spirale a besoin de graines en compagnonnage.

En permaculture, le compagnonnage de certaines plantes allélopathiques, leur association entre elles, leur permet de mieux se développer. Depuis ma rencontre avec le travail qui relie en 2019, de par toutes les observations que j'ai faites et tous les retours d'expérience offerts par de multiples personnes, je constate que la graine de spirale se développe beaucoup mieux lorsqu'elle est associée à des graines de sécurité psychologique et relationnelle, graines qui manquent autant à notre société actuelle et à trop de collectifs que la graine de spirale...

Le processus du travail qui relie est tellement puissant, que dans notre société et notre culture, il nécessite un accompagnement. Le niveau général d'insécurité intérieure, et d'insécurité relationnelle, demande un "prendre soin", un care, qui va bien au-delà de « juste » faciliter un processus.

Le travail qui relie est une des rares approches qui fasse trait d'union entre des domaines habituellement éloignés, séparés, opposés, voire clivés: psychologie-sociologie, spiritualité-politique, action-intériorité... Il amène donc, de manière tout à fait logique, des appétences, des appréhensions, des résistances, qui demandent à être prises en compte pour permettre une pleine intégration de la spirale en soi. Ce qui est facilité par un accompagnement de l'être humain et du groupe de participant.es, d'autant plus, vu l'époque actuelle de crises successives qui fragilisent de nombreuses personnes et de nombreux collectifs.

Il s'agit d'un changement de paradigme, de passer du "cure", ou de la résolution de problèmes, au "care", au prendre soin. Prendre soin du vivant en soi, prendre soin du vivant humain, prendre soin du vivant autre qu'humain, prendre soin des grands cycles du vivant. Prendre soin de nos relations, de nos reliances, de nos interdépendances, de la grande toile du vivant...



# Quatre saisons, 4 grandes thématiques, pour cette formation:

- -accompagner un être humain,
- -animer un groupe,
- -contexte historique, écosystémique, et pratique des ateliers du travail qui relie,
- -faciliter le travail qui relie

Le programme est amené à évoluer avec le vivant, les demandes, priorités et besoins des participant.es. En intersaison, des intersessions tous les mois: retour sur le module de la saison, lien entre les différentes saisons, partages et échanges sur les lectures et vidéos recommandées, travaux de groupe et recherches sur certaines thématiques, co-organisation... À partir de l'été, jusque l'automne, intervisions tous les mois.



#### Quelques prérequis:

- avoir vécu deux ateliers du travail qui relie d'au moins 2 jours (spirale sur 2 jours), dont si possible, un atelier avec une autre personne que Florence-Marie. Un de ces deux ateliers pourra se faire dans les premiers temps de la formation.
- avoir fait un stage de deux jours de premiers secours en santé mentale ou tout autre équivalent.
- avoir lu les deux livres de Joanna Macy, et les trois tomes de "émotions, enquête et mode d'emploi" de Art-Mella.
- avoir eu un temps d'échange au téléphone ou en visio avec Florence-Marie.



# Automne: descendre en intériorité

## Accompagner un être humain

Différents accompagnements La santé mentale et les décompensations Les émotions, les éco-émotions, la solastalgie, l'éco-anxiété

L'éco-lucidité, et les degrés de prise de conscience des enjeux sociaux et écologiques L'impuissance acquise, et la puissance acquise Les croyances, la rationalité, l'intuition Les modes d'appréhension du monde et la biodiversité des êtres humains

Le triangle dramatique Pertes fondamentales

Le sens, les questions existentielles et les réponses Modèles biopsychosocial et systémique Les traumas, le système nerveux autonome, le stress, les différentes parts, l'attachement, les masques, les facteurs de résilience

L'écoute active

L'engagement militant, le burn-out professionnel et militant

L'écologie personnelle La sécurité psychologique Sympathie, empathie et auto-empathie Posture d'accompagnement et limites...



# Hiver: nos zones aveugles

## Animer un groupe

Co-construire la reliance dans un groupe S'adapter aux personnes et au groupe Anticiper, contrôler, ou faire avec le vivant Inconforts, tensions, conflits Contagion émotionnelle, dérégulation de groupe et risques associés Rapport à l'autorité, projections Les discriminations systémiques et structurelles L'accueil des différences, visibles et invisibles Modèles biopsychosocial et systémique Relation aux autres qu'humains Relation sujet-objet ou sujet-sujet Méthodes d'accompagnement, de communication et meta communication Cercles de parole Sécurité relationnelle L'écologie relationnelle Posture d'accompagnement Accompagner les accompagnants

La co-animation...





## Printemps: la force de la sève

## Comment jaillit le travail qui relie: Contexte historique, écosystémique, et pratique des ateliers

Historique et filiation du travail qui relie Ecopsychologie, écospiritualité L'éco-conscience et l'éco-lucidité Les lois du vivant Culture régénérative et « Care »

La systémie, l'interdépendance et la toile du vivant Enjeux politiques et sociaux, les racines de la résilience Le sacré et la politique

Les critiques adressées au travail qui relie Les risques et la responsabilité

Le U et les méthodes pédagogiques du travail qui relie Les rites, les rythmes et les rituels, les cycles du vivant La posture d'accompagnement et la légitimité Les marches du temps profond, les conseils de tous les êtres Les différents formats du travail qui relie et ce qui reste à inventer

Se préparer sur le plan pratique: organisation, logistique, tarifs justes, inscriptions, assurances, statuts...



Été: faire rayonner le vivant...

Faciliter le travail qui relie

L'intention du travail qui relie

Introduction et membrane de confiance

"Gérer" le timing et accueillir le vivant

Les quatre étapes

Débriefer l'atelier et suivi post atelier

Développer sa réflexivité

Posture d'accompagnement et vulnérabilité

Le travail qui relie dans des milieux différents: milieu militant, milieu professionnel, milieu scolaire, milieu soignant, milieu soigné... pour les particuliers, pour les spécialistes, pour les parents, pour les adolescents, pour les enfants...

Développer sa créativité, les limites du travail qui relie...

## Options pédagogiques:

Pratique : selon les méthodes du travail qui relie, expérientielles.

Théorie: lectures préparatoires partagées, échanges, recherches,

travaux de groupes, apports magistraux spécifiques.

Petit groupe de maximum 10 personnes.

Pour les personnes ayant déjà un métier et une posture d'accompagnement, il est possible de ne faire que les modules printemps et été. Me contacter.

Objectif pédagogique: être en mesure d'accompagner le travail qui relie dans un maximum de sécurité psychologique et relationnelle

**Option en sus sur 3 jours**: Construire une formation Axe besoins et compétences, bases d'ingénierie pédagogique Axe intuitif: planter des champs de patates, en faire des frites...

#### Informations logistiques

Lieu de la formation: 44, 45 km de Nantes

Hébergement: camping ou gîte selon la saison

Repas en auto-organisation ou à l'écluse selon la saison

Investissement: 4x5 journées de formation = 20 jours de formation = 120h de formation.

Intersessions et intervisions = 30h de formation

Investissement en tant que particulier.e: 1888€ total pour 150h de formation. Payable en plusieurs fois.

Tarif co-constructeurice du nouveau monde: me contacter.

Tarif entreprise, organisme, me contacter.

Dates: automne 2023 semaine 45, 2 intersessions, hiver 2024 semaine 4, 2 intersessions, printemps 2024 semaine 12, 2 intersessions, été 2024 semaine 25, 4 intervisions. 2 jours minimum de réalisation d'atelier en plus soit minimum 4 jours de preparation.

**Offert**: 4 journées d'approfondissement du travail qui relie sur l'année, soit 4 jours de pratique en plus.





Cette formation n'est pas pour vous si:

- -vous voulez une baguette magique pour faciliter le travail qui relie sans vous poser de questions, sans remise en question, sans travail personnel,
- -vous voulez devenir thérapeute... Ce n'est pas le lieu -vous voulez une formation certifiée: Joana n'a pas voulu certifier le travail qui relie: c'est lui laisser son côté organique, vivant, ne pas l'enfermer dans un cadre rigide, le laisser ouvert à notre créativité et biodiversité humaine!!

Bienvenue à vous tel.le que vous êtes si:

- -vous avez envie de progresser, d'apprendre, d'approfondir (lectures en intersessions, travaux de groupe)
- -vous sentez les enjeux sous-jacents d'une pratique aussi profonde,
- -vous voulez limiter les risques de dérégulation d'un groupe, etde decompensation d'un être humain,
- -vous avez envie de vous engager dans une formation globale et nourrissante, qui développera votre humanité, et votre capacité à accompagner celle des autres,
- -vous avez adoré le travail qui relie et vous brûlez de l'animer, et aussi de prendre soin des vivants humains!

### Témoignages suite aux ateliers

« je me suis sentie soutenue, parce que j'avais des peurs » « Pour sortir du mode de fonctionnement « je travaille et je consomme », nous avons besoin de renouer des liens avec le vivant, avec l'autre ».

« Ca m'aide à y voir plus clair sur mes priorités »

« Un atelier très bien conçu pour accueillir et composter toutes nos émotions difficiles en lien avec les

bouleversements qui touchent notre planète, et surtout pour repartir de plus belle! »

« Un des meilleurs WE de ma vie!! Et pourtant, j'en ai fait, des gros WE... mais là c'est différent... »

«j'ai confiance, j'ai plus peur! »,

« on se sent moins seul, on les a, les liens!! »,

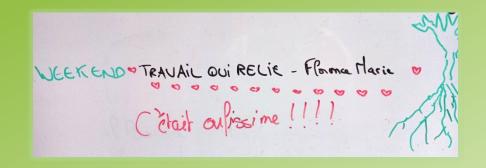
« ça m'a permis de retrouver de l'énergie »,

« ça envoie du bois!! »,

« la révolution elle est en cours! Ils sont pas prêts, on arrive et on est relié.es!! »

« j'ai l'impression d'un voyage dans les profondeurs de l'humanité »,

« J'ai vécu le cycle de la vie! »





#### Florence-Marie Jégoux, pollinisatrice:

Ancienne infirmière, aiguilleuse du ciel, analyste de risques, elle est actuellement spécialiste en psychologie cognitive et psychologie sociale, formatrice facilitatrice sur le « PFH », le fonctionnement humain et organisationnel depuis 2009.

Elle est conceptrice de formations depuis 2010 (elle adore concevoir des formations et les animer!!), coach depuis 2014, elle pratique la communication non violente, et donne de nombreuses conférences sur la sécurité psychologique. Elle est aussi secouriste en santé mentale.

Elle aime être un trait d'union entre psychologie et sociologie, spiritualité et Politique, individuel et collectif, poésie et neurosciences, intériorité et engagement dans le monde...

Elle est tombée dans l'écologie en 2017, puis la collapsologie suite à un voyage avec la Loire...

Elle est devenue militante Greenpeace puis XR. Quand elle a découvert l'écopsychologie, elle a trouvé sa place pour la co-construction du monde de demain! Elle s'est formée en 2020 comme facilitatrice du travail qui relie avec Claire Carré, formée par Joanna Macy.





Elle est devenue psychopraticienne et thérapeute en intelligence relationnelle (traitement des traumas).

Elle anime des groupes de parole sur les éco-émotions, des fresques, et est bénévole pour plusieurs collectifs militants et activistes co-constructeurs du nouveau monde... Les désert'heureuses, les soulèvements de la terre, Greenpeace, Alternatiba...

Elle s'enforeste et habite au milieu de « la forêt qui pousse », toutes ces initiatives locales et collectives pour un monde désirable et soutenable, elle y participe avec enthousiasme!

Devise: « faire de son éco-anxiété une force! »

