



Frédéric Demarquet – Si Institut

06 16 45 23 79
contact@si-institut.com

www.si-institut.com
www.si-institut-therapie-breve.com

SIRET N° 440 715 159 00024 – Organisme de formation N° 117 539 082 75

PROGRAMME DE FORMATION

Se familiariser avec les approches systémiques paradoxales appliquées au coaching professionnel, personnel et à la thérapie brève

Compétences visées

Enrichir ses approches de l'accompagnement des personnes de gestes précis et respectueux issus des approches systémiques paradoxales.

Objectifs pédagogiques

- Comprendre et intégrer les dynamiques paradoxales
- Savoir générer des paradoxes efficaces et résolutives tout en sécurisant ses clients
- Construire des interventions paradoxales cohérentes et adaptées aux situations
- Savoir comment ajouter efficacement ces techniques paradoxales à ses pratiques d'accompagnant

Moyens pédagogiques

- Apports théorico-méthodologiques et illustrations par des exemples
- Travail sur des études de cas
- Exercices et ateliers pratiques
- Pédagogie progressive visant l'intégration et le croisement des différentes techniques

Public concerné

Coachs, thérapeutes

Prérequis

Être un coach ou un thérapeute en activité

Groupe : 3 à 10 personnes
Durée : 4 demi-journées en distanciel (14 heures)
Tarif : 590€

Programme :

Comprendre les logiques paradoxales :

Quand l'illogique devient logique
Oser se perdre pour mieux se retrouver
Les apports du modèle Palo Alto sur les paradoxes
Les trois types de paradoxes

Savoir quand générer des paradoxes :

La portée réelle des approches paradoxales
Les sujets d'accompagnement qui sont le plus compatibles avec les paradoxes
Le bon moment pour générer un paradoxe lors d'un accompagnement

Préparer le paradoxe :

Développer un langage paradoxal
Savoir rendre logique l'illogique pour mieux « vendre » le paradoxe
Trouver l'équilibre entre la métacommunication avec le client et l'expérientiel

Le recadrage de sens paradoxal :

Mise à niveau sur la construction d'un recadrage de sens construit
Pourquoi créer un recadrage de sens paradoxal ?
La logique de construction d'un recadrage de sens paradoxal
Utilisation du langage du changement : précautions oratoires, synchronisation cognitive, saupoudrage, balancier de positionnement, renforcement des ressources...

Les prescriptions de tâches paradoxales :

La logique du faire de la même chose pour changer
Les options graduelles : entre imaginaire et situations réelles
Construire une tâche d'observation paradoxale
La sécurisation des clients
Développer la créativité pour proposer des prescriptions sur mesure
Gérer le retour des clients et les effets de renforcement des tâches paradoxales séances après séances

Contre les injonctions paradoxales par le paradoxe :

Accompagner les émotions et leurs déclinaisons avec les approches paradoxales : peurs, trac, phobies, attaques de panique, crise d'angoisse, anxiétés diverses, tristesse, déprime, dépression, colère...
Accompagner la rumination et l'envahissement cognitif : la technique spécifique du 3/3/10
Gérer la plainte des clients avec les approches paradoxales : technique de l'aïkidoka renforcée
Ouverture vers d'autres sujets paradoxaux : concentration, insomnie, recherche du bonheur, contrôle, injonction de réussite, de performance...
