



FORMATION DE FORMATEURS

Conduire des formations
et des accompagnements individuels
ou collectifs avec la Méthode ESPERE®



- Devenez formateur, coach
ou
- Dotez-vous d'un outil puissant
pour l'exercice de votre métier de formateur,
d'écouter, de soignant, de manager ou d'enseignant.

Présentation

La Méthode ESPERE® est une **méthodologie pour aborder les processus relationnels et humains** ; c'est un outil polyvalent adapté à une multitude de situations :

- elle permet d'analyser et de comprendre très rapidement toutes les situations relationnelles
- elle donne des outils pour trouver le positionnement relationnel juste en toutes circonstances familiales ou professionnelles
- elle dynamise la vie d'équipe ou de groupe
- elle permet un regard sur soi-même, sa propre façon d'être en relation avec les autres, d'identifier les origines des éventuelles difficultés que nous pouvons rencontrer dans ce domaine et résoudre celles-ci
- elle est un formidable et très innovant outil d'écoute et d'accompagnement des personnes
- elle donne des clés pour prioriser nos choix de vie personnelle et professionnelle

Appliquée au quotidien, la Méthode ESPERE® conduit à plus de sérénité face aux différents événements, plus d'autonomie, plus de confiance en soi et de dynamisme.

Conçue pour vous apporter une connaissance approfondie des processus humains de façon très large, depuis la vie personnelle jusqu'à la vie professionnelle, cette formation vous permettra d'atteindre, selon votre profil et vos besoins, les différents objectifs présentés en page suivante.

**De septembre 2020
à juin 2022**
à Grenoble,

50 journées,
modules de 3 à 5 jours,
toutes les 6 semaines
environ.



À qui s'adresse la formation ?

Cette formation vous concerne si vous souhaitez...

Apprendre un nouveau métier :

- **Devenir formateur dans le secteur professionnel** pour animer des groupes de formation dans les domaines de la communication, la résolution des conflits, la cohésion d'équipe, le management, le bien-être au travail et la prévention des risques psycho-sociaux, la conduite de projet, ou pour accompagner des équipes en analyse de pratique ou en supervision
- **Devenir coach en individuel** pour des responsables de services ou de structures privées ou publiques
- **Devenir coach interne de votre structure**, pour accompagner les salariés en situation de choix professionnel, de difficulté relationnelle ou professionnelle, de changement de poste, et pour conduire des médiations en cas de conflits internes
- **Devenir formateur en relations humaines** pour les particuliers pour proposer à ceux-ci des outils pour résoudre leurs problématiques de relations aux autres et à eux-mêmes, soit dans le cadre de sessions en groupe, soit dans le cadre d'entretiens individuels

Vous perfectionner dans votre métier actuel :

- **Vous pratiquez un métier de soins aux personnes** ou d'écoute, et vous souhaitez offrir une écoute plus aidante et accompagner les personnes avec plus de pertinence
- **Vous êtes manager**, ou en charge des ressources humaines et vous souhaitez agrandir votre compréhension des processus humains pour mieux gérer les dynamiques d'équipe, la motivation des collaborateurs et pour mieux accompagner ceux-ci dans leur évolution ou leurs difficultés
- **Vous êtes enseignant** ou travaillez auprès des jeunes et vous souhaitez acquérir un outil pour mieux gérer les situations relationnelles avec eux et leur apporter les moyens d'être autonomes dans leurs choix de vie, leur capacité à trouver les positionnements relationnels justes, le développement de la confiance en soi
- **Vous êtes déjà formateur** ou coach et souhaitez intégrer à votre panoplie un outil de communication puissant, pragmatique et directement opérationnel ainsi qu'une pédagogie spécifique, ludique et dynamique, pour rendre vivant et impliquant le travail que vous proposez en groupe ; vous souhaitez également intégrer une méthodologie spécifique de conduite d'entretiens pour agrandir encore votre capacité à écouter les personnes, à les percevoir dans leur globalité et à les accompagner de façon juste

Être mieux outillé pour votre engagement bénévole associatif :

- **Vous êtes responsable ou membre actif d'une association** et souhaitez dynamiser la vie du groupe, développer la qualité d'écoute et de respect parmi les membres, intervenir efficacement comme médiateur des conflits, apporter un regard éclairant sur les situations de blocages relationnels, savoir véritablement donner sa place à chacun

Développer, à titre personnel, de meilleures relations avec les autres... et avec vous-mêmes

- Vous souhaitez intégrer en profondeur, dans votre quotidien, une nouvelle façon d'être dans votre vie familiale, amicale, associative, professionnelle



Les intervenants

Afin d'apporter aux participants une large ouverture de vue, cinq formateurs interviennent dans la formation, d'origine professionnelle complémentaire : manager en entreprise, médecin, infirmier, psychologues cliniciens.

Quatre ont été formés à la Méthode ESPERE® par Jacques Salomé et l'une au centre Reliance.

Quelques précisions sur la Méthode ESPERE®

Cette méthode a été formalisée en 1996 par le psychosociologue Jacques Salomé, à l'issue de trente années d'animation de sessions de formation, au cours desquelles il a accompagné plusieurs dizaines de milliers de personnes. La méthode s'est ainsi construite et affinée au fur et à mesure de la confrontation à des milliers de situations relationnelles et d'histoires de vie professionnelles et personnelles, sur lesquelles les stagiaires ont travaillé pendant ces sessions. C'est pourquoi cette approche est particulièrement pragmatique, concrète et ancrée dans la réalité du vécu quotidien.

La Méthode ESPERE® est constituée :

- D'un ensemble de **concepts et de points de repère** visant à clarifier et analyser rapidement toute situation relationnelle
- D'**outils concrets et de règles « d'hygiène relationnelle »** pour dynamiser les relations, résoudre les difficultés relationnelles, développer l'estime de soi et la confiance en soi, prioriser nos décisions et nos choix
- D'une **methodologie pédagogique** spécifique pour les interventions en groupe, ludique et dynamique : la **visualisation externe**
- D'une **pratique de l'écoute** spécifique qui rend plus réceptif à l'autre dans sa globalité et une **methodologie de conduite d'entretien** très efficace, également basée sur la **visualisation externe**

Pour plus d'informations

Le dossier complet de présentation de la formation est à votre disposition sur simple demande auprès de Reliance.

La Méthode ESPERE® est fondée sur 4 valeurs fortes :

la responsabilisation
vis-à-vis de ce qui nous arrive et de ce que nous pouvons mettre en œuvre pour être acteur de notre vie

le respect de soi-même

le respect de l'autre

l'authenticité dans la relation

Programme

Les thèmes ci-dessous sont répartis sur les différents modules, tout au long de la formation.

Les fondements de la Méthode ESPERE®

8,5 jours

- Identification des piliers du système dominant d'incommunication
- Les concepts clés de clarification et d'analyse des situations relationnelles
- Les outils concrets pour dynamiser les relations
- Les règles d'hygiène relationnelle pour établir des relations équilibrées avec notre entourage

Les spécificités thématiques

9,5 jours

- Sept grandes thématiques de la vie quotidienne sont abordées : la relation à soi, la relation parent - enfant, la relation de couple, l'écoute de la maladie et les « soins relationnels », les deuils et séparations, la relation enseignant-élève, la relation professionnelle

La pratique avec la pédagogie de la « visualisation externe »

16 jours

- Mise en situation réelle d'animation : chaque participant anime le groupe en « visualisation externe » et effectue un travail de formation auprès d'un autre participant
- Mise en situation réelle de conduite d'entretien : deux par deux, les participants s'exercent à mener les entretiens à l'aide de la méthodologie ESPERE® de conduite d'entretien

Éléments de contexte de la formation

2,5 jours

- Le cadre, la déontologie et l'éthique
- Rôle et limite du praticien et du formateur
- Les « résistances »
- Les relations formateur / stagiaire ou écoutant / écouté
- La dynamique de groupe

Apports théoriques complémentaires à la Méthode ESPERE®

3 jours (sans l'option)

- Sensibilisation au développement psychologique de l'enfant et aux psychopathologies
- Les secrets de famille et les processus trans-générationnels
- Option : Risques psychosociaux, manipulation et harcèlement moral
Développement du bien-être au travail (1 jour)

Les supervisions

2 jours

- À partir de la 2^e année, les participants sont invités à démarrer leur stage pratique ; des temps de supervision ont lieu au cours des sessions pour leur permettre de prendre du recul sur leur pratique et pour faire un apport complémentaire en lien direct avec les difficultés rencontrées dans cette première mise en application de la Méthode ESPERE®

Expérimentation de la Méthode ESPERE® pour soi

6 jours

- Chacun peut tester pour lui-même les apports de la Méthode ESPERE® et en intégrer ainsi toutes les dimensions. À l'aide de la grille de lecture ESPERE® qui est enseignée, il est invité à prendre du recul, sur sa propre façon d'être en relation avec les autres et de la faire évoluer dans la direction qu'il souhaite

Finalisation de la formation

2,5 jours

- Évaluation des acquis, information pratiques sur le processus de validation par l'Institut ESPERE International, bilan de la formation.

Outils pédagogiques

Tout au long de la formation

- Des exercices pédagogiques ludiques, hors ESPERE®, en rapport avec les différents sujets sont effectués et appris au fur et à mesure des modules ; ils dynamisent le groupe, développent la confiance et l'écoute, facilitent l'intégration des apports et permettent aux participants un travail stimulant complémentaire à celui effectué en « visualisation externe »

Options : Formations pratiques pour les interventions en milieu professionnel

Chaque formation dure 1 jour

Au cours de ces formations sont explicités les déroulements et contenus optimisés pour chacune des thématiques d'interventions mentionnées, qui peuvent être effectuées en tout milieu professionnel quelle que soit sa typologie (industrie, social, scolaire, médical, etc.)

- Animer un stage de Formation professionnelle en Communication et Résolution des conflits
- Animer un stage de Formation professionnelle en Management
- Animer pour une équipe professionnelle une action d'analyse de la pratique ou de supervision
- Accompagner une équipe professionnelle en Cohésion d'équipe et dans la mise en œuvre d'un projet
- Adapter les outils ESPERE® au coaching individuel en entreprise
- Intervenir comme médiateur de conflit
- Un outil complémentaire à la Méthode ESPERE® pour les formations professionnelles : animer les jeux de rôles et faire le lien avec ESPERE®



14 avenue Victor Hugo
38130 ÉCHIROLLES
Tél : +33 (0)4 76 85 12 12
contact@centrereliance.fr
www.centrereliance.fr