

CATALOGUE DE FORMATIONS

Psy&co

2025 - 2026



Edito

« Le véritable voyage de découverte ne consiste pas à chercher de nouveaux paysages, mais à avoir de nouveaux yeux »

MARCEL PROUST

Bonjour,

Je suis très heureuse de vous présenter le premier catalogue de formation Psy&co. Ce catalogue est une invitation à voyager et à prendre de la hauteur dans nos pratiques en tant qu'intervenant auprès de personnes qui présentent des difficultés diverses.

Je m'appelle Jennifer Riera, je suis psychologue clinicienne, thérapeute familiale et formatrice depuis plus de 10 ans. J'ai travaillé dans le médico-social pendant de nombreuses années en tant que psychologue mais également en tant que formatrice en approche systémique.

Je travaille également dans de nombreuses associations avec comme vocation d'aider les personnes et leurs familles à retrouver un chemin de vie qui leur convient.

En libéral depuis 5 ans, j'applique l'approche systémique et notamment la narrative dans le cadre de mes accompagnements thérapeutiques auprès d'adultes, d'enfants, d'adolescents et de leurs familles.

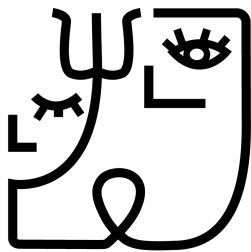
J'accompagne également plusieurs équipes avec cette approche afin de les inviter à voyager sur les épaules des personnes qu'ils accompagnent en prenant de la hauteur sur leurs pratiques.

Désireuse de vous partager mes connaissances et mon expérience, je vous propose ces journées de formations et les modules qui les accompagnent ainsi que des temps de supervisions pour vous aider dans la mise en place de la méthodologie systémique et vous faire voyager à l'aide d'outils thérapeutiques innovants.

Au plaisir de voyager avec vous,

Jennifer





PSY&CO

S O M M A I R E

INITIATION À LA SYSTÉMIE (BASE) 05

Module 1 : Les outils du lien 06

Module 2 : Techniques d'entretien systémique 07

APPROCHE NARRATIVE (BASE) 09

Module 1 : Approche narrative avec l'adulte 10

Module 2 : Approche narrative avec l'enfant et l'adolescent 11

Module 3 : Approche narrative avec les familles 12

Module 4 : Approche narrative avec les couples 13

Module 5 : Approche narrative avec les équipes 14

LES OBJETS FLOTTANTS (BASE) 15

Module 1 : Les génogrammes et la carte familiale 16

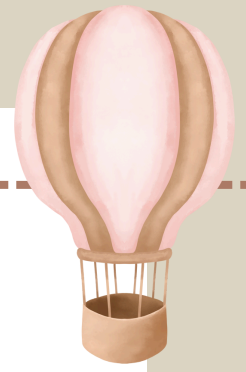
Module 2 : Le blason et le jeu de loie systémique 17

Module 3 : Les sculpturations vivantes et non vivantes 18

Module 4 : Le fleuve de vie et l'arbre de vie 19

SUPERVISIONS 21

INFORMATIONS PRATIQUES 22



Initiation à la systémie

Résumé :

L'approche systémique se distingue des autres approches thérapeutiques par sa façon d'appréhender et de comprendre les relations humaines. Dans cette approche, l'individu est perçu comme faisant parti et influencé par différents systèmes : familial, professionnel, social. Les personnes dépendent alors les unes des autres et leurs échanges se font selon des règles implicites de communication utilisées le plus souvent de manière inconsciente.

Dans ce cadre, les difficultés que peut éprouver une personne signalent parfois une souffrance qui peut parfois être celle d'un système dans lequel elle interagit.

A travers une promenade de découverte, je vous propose dans ce une journée de voyage dans le monde de la systémie.

L'objectif est d'acquérir les principales notions de la pensée systémique, d'acquérir son vocabulaire et de comprendre l'intérêt de la systémie dans l'accompagnement des enfants, adolescents, adultes, familles, couples et institutions.

Contenu :

- Définition d'un système, de ses principes (homéostasie, non sommativité, causalité circulaire...)
- Appliquées à l'individu, la famille et le couple, nous évoquerons les notions de mythes, valeurs, cartes du monde et discours officiel, ainsi que la place du symptôme dans le fonctionnement familial.

Journée obligatoire pour faire les modules suivants

Durée : 1 journée (6 heures)

Dates : Lundi 10 mars 2025 et Mardi 22 avril 2025

Horaires : 9h30-16h30

Public : travailleurs sociaux, personnels médicaux et para-médicaux

MODULE 1

Les outils de l'entretien systémique : Les outils du lien

MODULE 1 : LES OUTILS DE L'ENTRETIEN SYSTÉMIQUE : LES OUTILS DU LIEN

Résumé :

L'approche systémique implique que l'intervenant entre dans la vision du monde de la personne qu'il accompagne en créant un néosystème entre lui et la personne, néosystème dans lequel doit se créer l'affiliation permettant au processus de changement de pouvoir se faire.

Cette journée de découverte vous propose de voyager à travers les outils du lien (outils de posture) pour vous aider à entrer en lien avec les personnes que vous accompagnez.

Contenu :

- Qu'est-ce que l'affiliation ?
- Les 4 piliers de l'intervenant en systémie
- Les axiomes de la communication.
- L'importance de la rencontre.
- Les outils du lien : *Résonance, position basse et voyage sur les épaules.*
- Exercices et mises en situation à partir de la pratique des participants.



Durée : 1 journée (6 heures)



Dates : Lundi 7 Avril 2025 et Mardi 13 Mai 2025



Horaires : 9h30-16h30



Pré requis : Avoir fait la journée d'initiation à la systémie (base)

MODULE 2

Les outils de l'entretien systémique : Techniques d'entretien systémique

MODULE 2 : LES OUTILS DE L'ENTRETIEN SYSTÉMIQUE : LES TECHNIQUES D'ENTRETIEN

Résumé :

L'entretien à visée systémique repose sur des techniques d'entretiens directes ou indirectes qui permettent à l'intervenant de provoquer un changement chez la personne qu'il accompagne.

Venez voyager à travers les métaphores, les connotations positives. Autorisez-vous quelques anecdotes dans vos entretiens avec les personnes que vous accompagnez.

Contenu :

- Les trois niveaux de changement.
- Initiation aux fondamentaux de l'entretien à visée systémique.
- Les types de demandes.
- Techniques directes : connotation positive, recadrage, tâches, explications pédagogiques, anecdotes...
- Techniques indirectes : Métaphores, échelles, questionnement inductif.
- Exercices et mises en situation à partir de la pratique des participants.



Durée : 1 journée (6 heures)



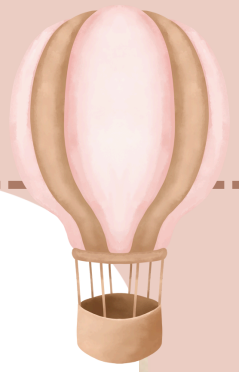
Horaires : 9h30-16h30



Dates : Mardi 1 Avril 2025 ou Lundi 19 Mai 2025



Pré requis : Avoir fait la journée d'initiation à la systémie (base)



Approche narrative

Résumé :

Les thérapies narratives sont le dernier né du courant dit de la troisième vague des thérapies brèves.

L'approche narrative a été créée par Michael White et David Epston, deux thérapeutes australiens.

Cette approche prend en compte la réalité culturelle, historique et sociale de chaque patient et tente de trouver dans les récits de vie, des histoires dominantes polluées par un problème aux influences négatives et qui enferment la personne dans des schémas répétitifs.

Les thérapies narratives proposent un large panel d'outils innovants et surprenants pour amener le patient à se re raconter avec de nouvelles histoires dites alternatives moins saturées par le problèmes mettant en lumière ses compétences et ses valeurs profondes. Dans ce cadre, c'est un véritable voyage que vous faites avec les personnes que vous accompagnez.

Contenu :

- Généralités sur les théories narratives.
- Théories narratives et thérapies.
- Externalisation du problème.

Journée obligatoire pour faire les modules suivants

Durée : 1 journée (6 heures)

Dates : Lundi 31 Mars 2025, lundi 14 Avril 2025

Horaires : 9h30-16h30

Public : travailleurs sociaux, personnels médicaux et para-médicaux

MODULE 1

Approche narrative dans le travail thérapeutique avec l'adulte

MODULE 1 : APPROCHE NARRATIVE DANS LE TRAVAIL THÉRAPEUTIQUE AVEC L'ADULTE

Résumé :

L'approche narrative vous amène à voyager avec les personnes que vous accompagnez pour les aider à se reconnecter avec leurs valeurs et leurs aspirations profondes. Pour cela, vous pouvez utiliser des cartes narratives, ces cartes agissent comme une boussole vous permettant d'aider les personnes que vous accompagnez à redevenir acteur de leur vie.

Contenu :

- Présentation du jeu des croyances croisées
- Les niveaux de changement : un outil pour travailler sur les croyances.
- L'utilisation de lettres en thérapie individuelle.
- Présentation du jeu "Graines de rêves" : un outil narratif.
- Les conversations narratives.
- Les cartes narratives.



Durée : 1 journée (6 heures)



Date : Lundi 12 mai 2025



Horaires : 9h30-16h30



Pré requis : Avoir fait la journée d'initiation à l'approche narrative (base)

MODULE 2

Approche narrative dans le travail thérapeutique avec les enfants et les adolescents

MODULE 2 : APPROCHE NARRATIVE DANS LE TRAVAIL THÉRAPEUTIQUE AVEC LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS

Résumé :

L'approche narrative vous amène à voyager avec les enfants et adolescent que vous accompagnez pour les aider à se reconnecter avec leurs valeurs et leurs aspirations profondes. Le travail avec un public jeune permet de pouvoir utiliser l'imaginaire et la métaphore au service de la thérapie. Transformez le problème de l'enfant en un monstre ou un Pokémon que l'enfant devra faire évoluer, laissez vous porter par l'imaginaire et la créativité que peuvent nous apporter les enfants et les adolescents pour redevenir maître de leurs histoires.

Contenu :

- Externalisation du problème chez les enfants et adolescent.
- Les niveaux de changement : un outil pour travailler sur les croyances.
- L'utilisation de lettres en thérapie individuelle pour les enfants et adolescents.
- Outils pour travailler en narrative avec les enfants (les monstres, les livres, etc...)



Durée : 1 journée (6 heures)



Date : Lundi 2 Juin 2025



Horaires : 9h30-16h30



Pré requis : Avoir fait la journée d'initiation à l'approche narrative (base)

MODULE 3

Approche narrative dans le travail thérapeutique avec les familles

MODULE 3 : APPROCHE NARRATIVE DANS LE TRAVAIL THÉRAPEUTIQUE AVEC LES FAMILLES

Résumé :

L'approche narrative fait partie des approches systémiques utilisées dans les thérapies familiales.

Cette approche permet à l'ensemble de la famille de pouvoir se mettre d'accord sur un problème qui concerne tous les membres de famille. Ce problème est mis sur la table comme un objet à part entière et la famille devra collaborer pour y faire face.


Contenu :

- Externalisation du problème en thérapie familiale.
- Le panier à problème, un outil d'externalisation.
- L'utilisation de lettres en thérapie familiale.
- Outils pour travailler en narrative avec les familles.
- Les cartes narratives.

 **Durée** : 1 journée (6 heures)

 **Date** : Mardi 10 Juin 2025

 **Horaires** : 9h30-16h30

 **Pré requis** : Avoir fait la journée d'initiation à l'approche narrative (base)

MODULE 4

Approche narrative dans le travail thérapeutique avec les couples

MODULE 4 : APPROCHE NARRATIVE DANS LE TRAVAIL THÉRAPEUTIQUE AVEC LES COUPLES

Résumé :

L'approche narrative vous amène à voyager avec les couples que vous accompagnez pour les aider à se reconnecter avec leurs valeurs et leurs aspirations profondes. Pour cela, vous pouvez utiliser des cartes narratives pour aider les membres du couple à se raccrocher à leur mythe de couple, véritable ciment de leur union.

Contenu :

- Présentation du jeu des croyances croisées (version couples)
- Les 5 langages de l'amour au service de la narration.
- L'utilisation de lettres en thérapie de couple.
- Présentation du jeu "Graines de rêves" : un outil narratif.
- Les conversations narratives avec le couple.
- Les figurines en thérapie de couple.



Durée : 1 journée (6 heures)



Date : Lundi 23 Juin 2025



Horaires : 9h30-16h30



Pré requis : Avoir fait la journée d'initiation à l'approche narrative (base)

MODULE 5

Approche narrative dans le travail thérapeutique avec les équipes

MODULE 5 : APPROCHE NARRATIVE DANS LE TRAVAIL THÉRAPEUTIQUE AVEC LES ÉQUIPES

Résumé :

L'approche narrative fait partie des approches systémiques utilisées dans les supervisions d'équipes. Elle est un outil fabuleux pour aider les équipes à se questionner sur leur pratique et à voyager sur les épaules des personnes qu'elles accompagnent au quotidien tout en faisant le lien avec leur histoire, valeurs et aspirations profondes.

Contenu :

- Approche narrative et supervision d'équipe
- L'arbre de vie : un outil narratif pour travailler avec les équipes.
- Métaphores et vie institutionnelle.



Durée : 1 journée (6 heures)



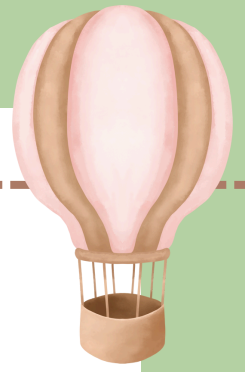
Date : Lundi 30 Juin 2025



Horaires : 9h30-16h30



Pré requis : Avoir fait la journée d'initiation à l'approche narrative (base)



Initiation aux objets flottants

Résumé :

Le concept des « objets flottants » a été élaboré par Philippe Caillé et Yveline Rey. Il s'agit de techniques systémiques qu'il peut être judicieux d'utiliser lorsque la parole ne suffit pas.

Cette journée permet d'acquérir ensemble les principales notions concernant l'utilisation d'objets flottants comme techniques médiatrices favorisant la construction de la relation d'aide.

Contenu :

- Qu'est-ce qu'un objet flottant?
- Historique des objets flottants
- Pourquoi et dans quels contextes utiliser les objets flottants ?

Journée obligatoire pour faire les modules suivants

Durée : 1 journée (6 heures)

Dates : Mardi 16 Septembre 2025 ou Lundi 29 Septembre 2025

Horaires : 9h30-16h30

Public : travailleurs sociaux, personnels médicaux et para-médicaux

MODULE 1

Les objets flottants : Le génogramme et les arbres généalogiques

MODULE 1 : LES OBJETS FLOTTANTS : LE GÉNOGRAMME ET LES ARBRES GÉNÉALOGIQUES

Résumé :

Un génogramme est un objet flottant permettant d'avoir une représentation graphique de la structure familiale à un instant T, et ce, sur plusieurs générations. C'est une véritable invitation à voyager à travers le temps pour aller à la découverte de ses racines.

Il permet à la personne accompagnée de pouvoir faire des liens entre son histoire de vie et les comportements et difficultés qu'elle peut avoir dans sa vie actuelle.

Contenu :

- Les objectifs du génogramme.
- Le génogramme versus l'arbre généalogique : points communs et différences.
- La carte familiale.
- Les symboles du génogramme/carte familiale et sa réalisation.
- Les limites du génogramme.



Durée : 1 journée (6 heures)



Date : Lundi 27 Octobre 2025



Horaires : 9h30-16h30



Pré requis : Avoir fait la journée d'initiation aux objets flottants (base)

MODULE 2

Les objets flottants : le blason et le jeu de l'oie systémique

MODULE 2 : LES OBJETS FLOTTANTS : LE BLASON ET LE JEU DE L'OIE SYSTÉMIQUE

Résumé :

Le blason et le jeu de l'oie systémique sont deux objets flottants permettant de travailler sur l'histoire familiale.

Ces deux outils offrent une invitation à voyager dans le temps à la découverte des mythes familiaux, de couple ou individuel.

Contenu :

- Les objectifs du blason et du jeu de l'oie systémique
- Présentation des deux outils.
- Mise en pratique du blason et jeu de loie.
- Variations possibles des deux outils dans le cadre scolaire, du couple et en individuel.



Durée : 1 journée (6 heures)



Date : Mardi 28 Octobre 2025



Horaires : 9h30-16h30



Pré requis : Avoir fait la journée d'initiation aux objets flottants (base)

MODULE 3

Les objets flottants : les sculpturations, les boutons, les bouchons et les figurines.

MODULE 3 : LES OBJETS FLOTTANTS : LES SCULPTURATIONS, LES BOUTONS, LES BOUCHONS ET LES FIGURINES.

Résumé :

La sculpture familiale est la création de tableaux vivants ou non décrivant la structure relationnelle de la famille ou du couple.

C'est un outil très puissant pour venir mettre en mot et en mouvement des émotions qui peuvent être parfois bloquées.

Contenu :

- Les objectifs des sculpturations.
- Présentation de l'outil et de ses variantes (bouchons, boutons, figurines)
- Mise en pratique de cet outil.
- Variations possibles des deux outils dans le cadre scolaire, du couple et en individuel.



Durée : 1 journée (6 heures)



Date : Lundi 10 Novembre 2025



Horaires : 9h30-16h30



Pré requis : Avoir fait la journée d'initiation aux objets flottants (base)

MODULE 4

Les objets flottants : Le fleuve de vie et l'arbre de vie

MODULE 4 : LES OBJETS FLOTTANTS : LE FLEUVE DE VIE ET L'ARBRE DE VIE

Résumé :

Le fleuve de vie et l'arbre de vie sont deux outils narratifs qui permettent à l'intervenant d'aider la personne accompagnée à se (re)raconter son histoire à la lumière des valeurs qui sont importantes pour elle.

Contenu :

- Les objectifs du fleuve de vie et l'arbre de vie.
- Présentation des deux outils.
- Mise en pratique personnelle et/ou collective des deux outils.
- Variations possibles des deux outils dans le cadre scolaire, du couple et en individuel.



Durée : 1 journée (6 heures)



Date : Mercredi 29 Octobre 2025

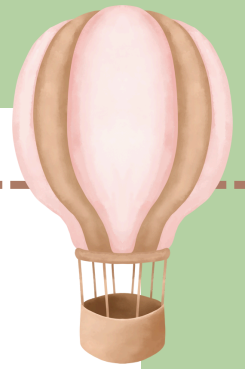


Horaires : 9h30-16h30



Pré requis : Avoir fait la journée d'initiation aux objets flottants (base)

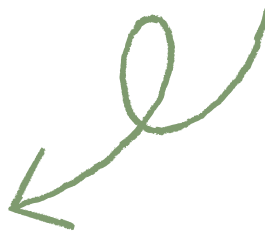
Supervisions



**Journées de formation
(base et/ou modules)**



**Supervisions
individuelles
ou groupales**



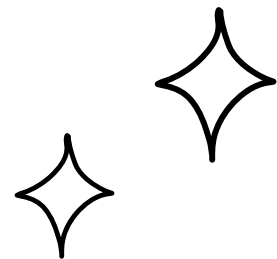
Durée : 1 journée (6 heures) ou en individuel (1h)

Dates : à définir en fonction des demandes

Horaires : 9h30-16h30 ou à définir si supervisions individuelles

Public : travailleurs sociaux, personnels médicaux et para-médicaux

Informations pratiques



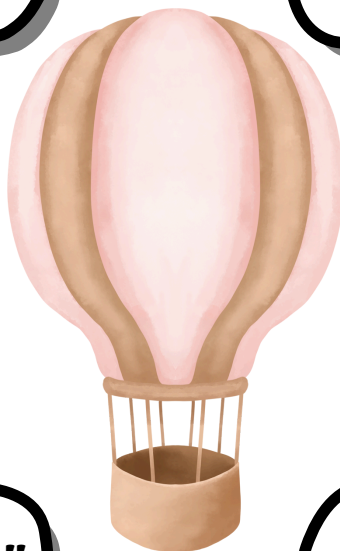
Jennifer RIERA (Psy&co) est un organisme de formation enregistré sous le numéro 84730235773 auprès du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes* .

OÙ ?

Cabinet "Le chouette endroit"
Maison de santé de Sillingy
Route du pont du trésor
74330 Sillingy

QUI ?

Je réalise la plupart des formations, mais pour certaines, je serai accompagnée d'Annick Chessel, éducatrice spécialisée.



FORMATIONS "INTRA"

Je peux me déplacer dans les institutions pour des formations sur mesure. Minimum de 6 participants. Frais de déplacement à prévoir.

COMBIEN ?

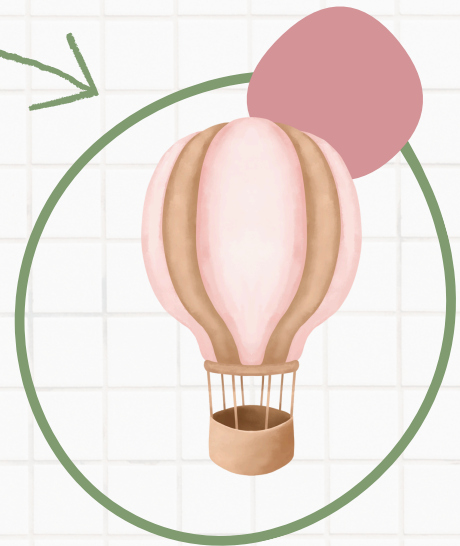
Mon espace de formation est prévue pour 6 personnes maximum. Ce nombre est aussi intéressant car il permet d'avoir plus d'espace pour les échanges.

PAIEMENT

Chèques, carte bancaire ou virement.
Possibilité de payer en 3 fois par chèques ou virement.



LES TARIFS



01

Initiation à la systémie

Journée de base seule : 180 €

Journée de base + 1 module : 340 €

Journée de base + 2 modules : 500 €

Institutions : me contacter
Tarifs sur Devis

03

Les objets flottants

Journée de base seule : 180 €

Journée de base + 1 module : 350 €

Journée de base + 2 modules : 480 €

Journée de base + 3 modules : 620 €

Journée de base + 4 modules : 750 €

Institutions : me contacter
Tarifs sur Devis

02

Approche narrative

Journée de base seule : 180 €

Journée de base + 1 module : 350 €

Journée de base + 2 modules : 480 €

Journée de base + 3 modules : 620 €

Journée de base + 4 modules : 750 €

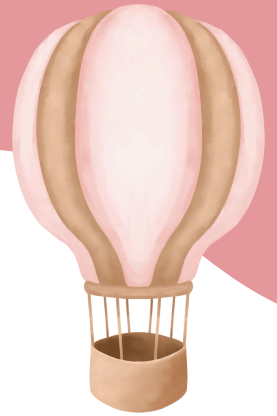
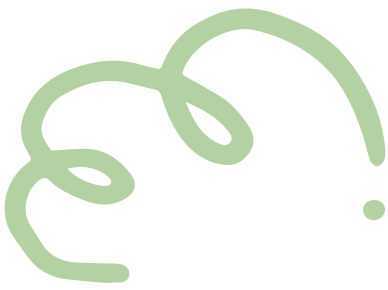
Journée de base + 5 modules : 900 €

Institutions : me contacter
Tarifs sur Devis

04

Supervisions

En groupe : 120€ la journée (6h)
En individuel : 80 € pour une heure



Retrouvez-moi sur les réseaux !



Jennifer Riera

Contactez-moi :

CABINET "Le chouette endroit"

Route du pont du trésor
74330 Sillingy



0602144403



jennifer.riera.psy@gmail.com



www.psy-and-co.fr

