

Formation “Construire l'espoir, pour des futurs désirables”

Programme

Objectif principal

Transmettre des compétences pour accompagner les jeunes et le grand public à **transformer leur éco anxiété ou leur déni en pouvoir d'agir.**

Objectifs intermédiaires

- Transmettre les compétences pour **faire émerger des nouveaux récits**, qui soient **mobilisateurs et désirables**, au service d'une société qui prend en compte les limites planétaires.
 - Permettre aux professionnels de conscientiser et de traverser **leur propre rapport aux crises** multiples.
 - Expérimenter les clés pour **favoriser l'expression individuelle et collective des émotions** afin de créer des conditions propices à l'émergence de l'envie d'agir.
 - Découvrir des séquences d'animation intégrant **plusieurs approches** : créatives, sensibles, psychocorporelles, réflexives.
-

Compétences visées

- Découvrir les **étapes psychologiques**, grâce aux éclairages des neurosciences, permettant de **passer du sentiment d'impuissance à l'action** dans un contexte de crise globale
 - Intégrer la **posture juste** permettant d'accompagner au mieux les émotions des jeunes
 - Acquérir une **compréhension de l'influence des récits** sur notre cerveau et nos comportements
 - Apprendre à **stimuler la créativité**
 - Acquérir les bases pour transformer la collecte d'imaginaires pour **des futurs désirables en pouvoir d'agir** par l'intelligence collective.
-

JOUR 1 - Vivre nos émotions et ancrer nos ressources comme deux jambes pour se remettre en mouvement

Matin - Vivre nos émotions comme une étape nécessaire pour la remise en mouvement

- Créer une membrane de confiance qui permet la plongée dans des explorations sensibles
- Se relier dans notre humanité par le partage de nos émotions pour le Monde à travers l'écologie profonde et le Travail qui Relie
- Les étapes pour passer du déni à l'action

Après midi - Ancrer nos ressources pour donner de l'élan

- Découvrir les clés des neurosciences pour soutenir notre capacité d'agir
- Passer par l'intermodalité artistique pour créer des ancrages vers des changements désirables
- Expérimenter la puissance du ralentissement pour redessiner des horizons transformateurs

JOUR 2 - Les nouveaux récits comme des caps qui orientent l'action

Matin

- Expérimenter et définir quels changements nous désirons !
- Le changement de cap en action: Construire des nouveaux récits pour demain

Après midi

- Approfondir ce que permet l'élaboration de nouveaux récits
 - Intégrer la voix de la Terre et des non-humains pour changer de regard avec le Conseil des Êtres
-

JOUR 3 - Aller de l'avant

Matin

- Ancrage individuel de ce que je veux voir fleurir pour notre Monde avec l'ArtPhonie
- Présentation du cycle "Construire l'espoir, pour des futurs désirables"

Après midi

- Intégration et adaptations à vos contextes
- S'approprier le contenu de la formation



Contacts

Cécile Petit - 06 60 61 01 58 - cecile.petit.si@gmail.com

Julie Infanti - 06 45 18 42 90 - infanti.julie@gmail.com