formagora
02 53 20 68 68
hello@formagora.fr
www.formagora.fr

PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE

LA FORMATION : « Animer des groupes de thérapie pour adultes »

Durée : 42 heures
Nombre de minimum d'inscrits : 6
Nombre de places : 10
Coordination : Patricia MORREVE - 06 24 71 06 32 - patricia@formagora.fr
Programme de formation actualisé le 25/05/2026

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Animer des groupes de thérapie pour adultes ne requiert pas les mêmes compétences que le face à face thérapeutique. La dynamique de groupe alors créée doit permettre à chacun de se sentir en sécurité, et libre de s'exprimer.
Les notions abordées dans cette formation, et les mises en application des outils transmis permettront aux participants de garantir le cadre de sécurité dans leurs groupes, tout en animant des sessions riches et participatives.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS DE FORMATION

A l'issue de la formation et en situation professionnelle, les participants seront capables de :

- Créer des bases solides pour un groupe de thérapie en constitution
- Animer des échanges constructifs pendant les sessions
- Identifier les jeux psychologiques qui émergent au fur et à mesure du développement du groupe
- Intervenir en cas de conflit afin de garantir la sécurité du groupe

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Pendant la formation, les participants développent des capacités à :

- Créer un cadre de sécurité de manière collective, et le garantir sur la durée
- Identifier les différents stades de développement psychologique des individus et des groupes
- S'approprier les bases de la communication authentique et responsable
- Utiliser des outils d'animation favorisant une culture de la coopération

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

1ère JOURNÉE : 6 heures

INTRODUCTION DE LA FORMATION

- Présentation du formateur
- Rappel des objectifs de la formation
- Présentation détaillée du programme
- Recueil des attentes et objectifs précis des participants

LA SPIRALE DYNAMIQUE

- Connaître les origines de la classification par niveau d'existence
- Valeurs de surface et valeurs profondes

FORMAGORA SARL, 40 Allée de la Saulaie, 49800 Trélazé
Au capital de 15 000 € - N° SIRET : 884 745 555 00026 RCS Angers - Code APE : 7022Z - TVA : FR 69 884 745 555
Certificat QUALIOPI n° 24FOR00305.1
N° NDA 52 49 03673 49 enregistré auprès du Préfet de la région Pays de Loire - Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat.

PF 2026 – V12
MAJ : 12/01/2026

- Holarchie émergente et ouverte
- Interaction conditions de vie / capacités cérébrales
- Aspects bénéfiques et aspects néfastes des niveaux d'existence
- Psychogénèse et sociogénèse
- Structure et notation

LOGIQUE D'ENCHAÎNEMENT DES NIVEAUX D'EXISTENCE

- Couleurs froides et couleurs chaudes
- Subsister seul et en groupe
- Acquérir une identité personnelle et sociale
- Assurer la satisfaction matérielle et émotionnelle
- Reconstruire l'homme et le monde

2ème JOURNÉE : 6 heures

NIVEAUX D'EXISTENCE BEIGE - SURVIE

- Psychogenèse du niveau BEIGE - SURVIE
- Sociogenèse du niveau BEIGE - SURVIE
- Le niveau BEIGE - SURVIE dans l'intrapersonnel
- Le niveau BEIGE - SURVIE dans l'interpersonnel
- Niveau BEIGE - SURVIE et dynamique de groupe

NIVEAUX D'EXISTENCE VIOLET - SÉCURITÉ

- Psychogenèse du niveau VIOLET - SÉCURITÉ
- Sociogenèse du niveau VIOLET - SÉCURITÉ
- Le niveau VIOLET - SÉCURITÉ dans l'intrapersonnel
- Le niveau VIOLET - SÉCURITÉ dans l'interpersonnel
- Niveau VIOLET - SÉCURITÉ et dynamique de groupe

NIVEAUX D'EXISTENCE ROUGE - POUVOIR

- Psychogenèse du niveau ROUGE - POUVOIR
- Sociogenèse du niveau ROUGE - POUVOIR
- Le niveau ROUGE - POUVOIR dans l'intrapersonnel
- Le niveau ROUGE - POUVOIR dans l'interpersonnel
- Niveau ROUGE - POUVOIR et dynamique de groupe

3ème JOURNÉE : 6 heures

NIVEAUX D'EXISTENCE BLEU - ORDRE

- Psychogenèse du niveau BLEU - ORDRE
- Sociogenèse du niveau BLEU - ORDRE
- Le niveau BLEU - ORDRE dans l'intrapersonnel
- Le niveau BLEU - ORDRE dans l'interpersonnel
- Niveau BLEU - ORDRE et dynamique de groupe

NIVEAUX D'EXISTENCE ORANGE - MATÉRIALISME

FORMAGORA SARL, 40 Allée de la Saulaie, 49800 Trélazé
Au capital de 15 000 € - N° SIRET : 884 745 555 00026 RCS Angers - Code APE : 7022Z - TVA : FR 69 884 745 555
Certificat QUALIOPI n° 24FOR00305.1
N° NDA 52 49 03673 49 enregistré auprès du Préfet de la région Pays de Loire - Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat.

PF 2026 – V12
MAJ : 12/01/2026

- Psychogenèse du niveau ORANGE - MATÉRIALISME
- Sociogenèse du niveau ORANGE - MATÉRIALISME
- Le niveau ORANGE - MATÉRIALISME dans l'intrapersonnel
- Le niveau ORANGE - MATÉRIALISME dans l'interpersonnel
- Niveau ORANGE - MATÉRIALISME et dynamique de groupe

NIVEAUX D'EXISTENCE VERT - HARMONIE

- Psychogenèse du niveau VERT - HARMONIE
- Sociogenèse du niveau VERT - HARMONIE
- Le niveau VERT - HARMONIE dans l'intrapersonnel
- Le niveau VERT - HARMONIE dans l'interpersonnel
- Niveau VERT - HARMONIE et dynamique de groupe

4ème DEMI-JOURNÉE : 3 heures

NIVEAUX D'EXISTENCE JAUNE - FONCTIONNALITÉ

- Psychogenèse du niveau JAUNE - FONCTIONNALITÉ
- Sociogenèse du niveau JAUNE - FONCTIONNALITÉ
- Le niveau JAUNE - FONCTIONNALITÉ dans l'intrapersonnel
- Le niveau JAUNE - FONCTIONNALITÉ dans l'interpersonnel
- Niveau JAUNE - FONCTIONNALITÉ et dynamique de groupe

NIVEAUX D'EXISTENCE TURQUOISE - GLOBALITÉ

- Psychogenèse du niveau TURQUOISE - GLOBALITÉ
- Sociogenèse du niveau TURQUOISE - GLOBALITÉ
- Le niveau TURQUOISE - GLOBALITÉ dans l'intrapersonnel
- Le niveau TURQUOISE - GLOBALITÉ dans l'interpersonnel
- Niveau TURQUOISE - GLOBALITÉ et dynamique de groupe

5ème JOURNÉE : 6 heures

LES BASES DE L'ANIMATION DE GROUPE DE THÉRAPIE

- Mise en place du cadre de sécurité co-construit
- Evaluer ma posture de leadership dans le groupe
- Identifier les 5 piliers de la communication adulte-adulte
- Pratiquer l'écoute active de son interlocuteur
- S'exprimer de manière authentique et responsable

ANCRER SA POSTURE D'ANIMATEUR AU SERVICE DU GROUPE

- Renforcer son leadership en étant force de proposition
- Distinguer systématiquement les besoins et les stratégies
- Différencier dépassement des limites et dépassement de soi
- User à bon escient de son pouvoir d'objection
- Développer son empathie envers soi et envers les autres

DÉVELOPPER SON ASSERTIVITÉ ET CELLE DES PARTICIPANTS

FORMAGORA SARL, 40 Allée de la Saulaie, 49800 Trélazé
Au capital de 15 000 € - N° SIRET : 884 745 555 00026 RCS Angers - Code APE : 7022Z - TVA : FR 69 884 745 555
Certificat QUALIOPI n° 24FOR00305.1
N° NDA 52 49 03673 49 enregistré auprès du Préfet de la région Pays de Loire - Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat.

PF 2026 – V12
MAJ : 12/01/2026

- Le paillasson et la posture de passivité
- Le hérisson et la posture de domination
- Le polisson et la posture de manipulation
- L'assertivité et l'affirmation de soi respectueuse d'autrui

6ème JOURNÉE : 6 heures

LE TRIANGLE DRAMATIQUE DE KARPMAN

- Le sauveur qui se transforme en coach
- La victime qui se transforme en créateur
- Le bourreau qui se transforme en challenger
- Apprendre à donner de l'empathie
- Accepter et reconnaître les rôles joués
- Prendre la responsabilité des besoins et des limites

LE THÉÂTRE INTÉRIEUR

- Les différents personnages qui habitent la psyché
- Les parts "enfants" qui se chamaillent
- La part "sage" qui inspire
- La part "adulte" qui écoute et prend les décisions
- Coopérer avec les différentes parts en soi, et avec les différentes parts chez l'autre

L'EFFET MIROIR

- Miroir intérieur négatif : accueillir l'ombre de sa psyché
- Miroir intérieur positif : développer une saine estime de soi
- Miroir extérieur négatif : transformer une critique en feedback constructif
- Miroir extérieur positif : accepter la valorisation externe
- Miroir extérieur neutre : Donner à autrui sa juste part de responsabilité

7ème JOURNÉE : 6 heures

LES ÉTATS DU MOI - ANALYSE TRANSACTIONNELLE

- Parents normatifs et nourriciers
- Enfants adapté soumis / adapté rebelle et enfant libre
- Les postures adultes / enfants, entre attraction et répulsion
- L'adulte et la neutralité à bon escient

LES PRÉFÉRENCES DU MBTI : VALORISER NOS DIFFÉRENCES

- Extraverti ou introverti
- Sensation ou intuition
- Pensée ou sentiment
- Jugement ou perception

DÉCIDER ENSEMBLE EN ACTIVANT L'INTELLIGENCE COLLECTIVE DU GROUPE

- Élaborer et présenter une proposition claire
- Interroger avant de commenter

FORMAGORA SARL, 40 Allée de la Saulaie, 49800 Trélazé
Au capital de 15 000 € - N° SIRET : 884 745 555 00026 RCS Angers - Code APE : 7022Z - TVA : FR 69 884 745 555
Certificat QUALIOPI n° 24FOR00305.1
N° NDA 52 49 03673 49 enregistré auprès du Préfet de la région Pays de Loire - Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat.

PF 2026 – V12
MAJ : 12/01/2026

- Émettre des suggestions constructives
- Consentir ou formuler une objection argumentée

8ème DEMI-JOURNÉE : 3 heures

ÉVOLUER À TRAVERS LES TENSIONS ET CONFLITS

- Utiliser ses ressources internes de manière éclairée
- Reconnaître et nommer ses émotions lorsque la tension survient
- Examiner ses dynamiques internes : besoins, motivations, système de croyance
- Poser des intentions et se fixer des objectifs personnels motivants
- Accéder au bénéfice proposé dans chaque conflit vécu

INSTALLER UN SYSTÈME RESTAURATIF

- Le système restauratif et la vision partagée
- Les processus restauratifs : modalités pratiques de mise en oeuvre
- Le cercle restauratif : espace-temps de dialogue pour gérer le conflit
- Le processus de dialogue : échanges facilités pour un dialogue authentique et apaisant

BILAN DE LA FORMATION

- Retour sur les attentes des participants
- Bilan et conclusion de la formation

BONUS

Après la formation, dans un délai de 2 mois, les participants ont la possibilité de contacter le formateur pour toutes questions et suivi de formation.

Un temps d'échanges est prévu à chaque fin de séance : questions des participants et réponses du formateur.

ÉQUIPEMENTS ET MATÉRIELS UTILISÉS

L'entité bénéficiaire mettra à disposition du formateur une salle de formation, un vidéo-projecteur, un paper-board ou tableau blanc.
L'entité bénéficiaire prévoit pour chaque participant un ordinateur avec une connexion internet.
Le formateur utilise des Google Slides / Powerpoint, vidéos et cas pratiques réels.
Le support de formation sera partagé à l'ensemble des participants.

PUBLIC CONCERNÉ

Tout professionnel de l'accompagnement (psychologue / psychothérapeute) désirant animer des groupes de thérapie pour adultes.

PRÉREQUIS

● Avoir déjà suivi une formation de psychologie / psychothérapie
● Avoir déjà une pratique professionnelle en tant que psychologue / psychothérapeute
● Avoir déjà constitué, ou être en cours de constitution d'un groupe de pratique thérapeutique

FORMAGORA SARL, 40 Allée de la Saulaie, 49800 Trélazé
Au capital de 15 000 € - N° SIRET : 884 745 555 00026 RCS Angers - Code APE : 7022Z - TVA : FR 69 884 745 555
Certificat QUALIOPI n° 24FOR00305.1
N° NDA 52 49 03673 49 enregistré auprès du Préfet de la région Pays de Loire - Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat.

PF 2026 – V12
MAJ : 12/01/2026

ACCESSIBILITÉ

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Notre responsable formation étudiera les adaptations possibles pouvant être mises en place pour suivre la formation.

DÉLAI D'ACCÈS

L'accès de la formation est soumis au délai d'acceptation des financeurs et du temps de traitement de la demande : de 15 jours à 2 mois selon le mode de financement.

MESURES SANITAIRES

Afin d'assurer une sécurité optimale aux participants et au formateur, l'entité bénéficiaire s'engage à respecter les mesures sanitaires mises en place dans un contexte d'endémie, d'épidémie ou de pandémie.
Si les conditions ne sont pas réunies, il sera possible de réaliser la formation en distanciel ou de la reporter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

La formation se déroulera dans les locaux de l'entité bénéficiaire.

MÉTHODES :
Le formateur utilise les méthodes expositives, interrogatives, démonstratives et actives. Il apporte des apports techniques et pratiques, couplés avec des cas pratiques afin d'intégrer au mieux les nouvelles connaissances et compétences. Aussi, les participants sont invités à participer activement aux études de cas concrets, ateliers de travail, débats et mises en situation. Les cas pratiques, issus de cas réels, sont réalisés aussi bien de façon individuelle et sous-groupe pour stimuler les échanges. Débriefing individuel et collectif

ÉVALUATIONS

Modalités d'évaluation :

- Un test d'évaluation des compétences est administré auprès des participants avant l'entrée en formation.
- Une évaluation diagnostique orale est réalisée en début de formation pour recueillir les attentes des participants et vérifier que celles-ci correspondent bien aux objectifs de la formation (permettant d'éviter les mauvaises orientations et ruptures de parcours).
- Des évaluations formatives via des questions orales seront effectuées au cours de la formation.
- En fin de formation, un quizz est réalisé afin de mesurer l'assimilation des connaissances et compétences.

Modalités d'évaluation de la formation :

- A la fin de la formation, une évaluation à chaud de la formation est réalisée par les participants.

Modalités de suivi :

- Une liste des émargements sera remise à l'entité bénéficiaire ainsi qu'un certificat de réalisation.

VALIDATION / CERTIFICATION

● A l'issue de la formation, les acquis de connaissances seront évalués au regard des objectifs de la formation (QCM, quizz, mise en situation…). Une attestation de fin de formation est remise à chaque participant.
● La formation n'est ni inscrite au RNCP, ni au RS.

RÉFÉRENCES DU FORMATEUR

FORMAGORA SARL, 40 Allée de la Saulaie, 49800 Trélazé
Au capital de 15 000 € - N° SIRET : 884 745 555 00026 RCS Angers - Code APE : 7022Z - TVA : FR 69 884 745 555
Certificat QUALIOPI n° 24FOR00305.1
N° NDA 52 49 03673 49 enregistré auprès du Préfet de la région Pays de Loire - Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat.

PF 2026 – V12
MAJ : 12/01/2026

Les formateurs formagora sont référencés sur la base de leurs expertises dans leur domaine d'intervention et leur capacité à partager leur expérience au travers de solutions concrètes et opérationnelles.

Pour plus de précisions sur les expertises et qualifications du formateur, merci de nous contacter.

VOS CONTACTS

Contacts utiles pour vous apporter des précisions sur les modalités techniques et pédagogiques de cette formation :

- Pour une précision technique : Emeline au 07 79 12 17 23 - emeline@formagora.fr
- Pour une précision pédagogique : Patricia au 06 24 71 06 32 - patricia@formagora.fr

INDICATEURS DE SATISFACTION ET DE PERFORMANCE POUR CE PROGRAMME

- Nombre de stagiaires formés en 2025 : N/A
  - Satisfaction globale moyenne : N/A /10
  - Note générale de la formation : N/A /10
  - Note générale moyenne attribuée aux formateurs : N/A /10

Pour plus de précisions sur les indicateurs de ce programme, merci de nous contacter.

INDICATEURS DE SATISFACTION ET DE PERFORMANCE GLOBAUX *

- Nombre total de stagiaires formés par formagora en 2025 : 1 096
- Nombre total de formations réalisées par formagora en 2025 : 144
- Nombre d'évaluations de satisfaction reçues : 1 051 évaluations
  - Satisfaction globale moyenne : 9,55 /10
  - Note générale de la formation : 9,14 /10
  - Préparation et organisation de la formation : 9,42 /10
  - Note générale moyenne attribuée aux formateurs : 9,88 /10

** Toutes formations confondues*

RÉFÉRENCEMENTS POSSIBLES

OPCO, Fonds de formation des travailleurs indépendants, France Travail, Formiris, VIVEA.
Non finançable par le CPF.

FORMAGORA SARL, 40 Allée de la Saulaie, 49800 Trélazé
Au capital de 15 000 € - N° SIRET : 884 745 555 00026 RCS Angers - Code APE : 7022Z - TVA : FR 69 884 745 555
Certificat QUALIOPI n° 24FOR00305.1
N° NDA 52 49 03673 49 enregistré auprès du Préfet de la région Pays de Loire - Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat.

PF 2026 – V12
MAJ : 12/01/2026