

Informations réglementaires pré_contractuelles & Détails du programme de formation en PsychoSystémies

Public visé : cette formation s'adresse aux professionnels de l'accompagnement — sophrologues, coachs, hypnothérapeutes, professionnels paramédicaux, psychologues, étudiants en psychologie — ainsi qu'aux personnes en reconversion professionnelle souhaitant acquérir des compétences pour s'installer ou exercer en tant que praticien de l'accompagnement basé sur les systémies intérieures.

Profil recommandé : un niveau baccalauréat, ou une expérience équivalente, est conseillé afin de suivre les apports théoriques avec aisance ; il ne constitue toutefois pas une condition obligatoire d'inscription. Il faut par ailleurs disposer d'une connexion internet et d'un accès à une caméra pour les ateliers en téléprésentiels notamment.

L'admission repose principalement sur l'auto-évaluation des prérequis techniques et sur une maturité émotionnelle adaptée à un parcours de formation impliquant, progressif et professionnalisant.

Modalités d'accès à la Formation : l'accès se fait à tout moment dans l'année , les groupes de pratiques en ligne sont multiniveaux. Seul le nombre d'apprenants est volontairement plafonné par année, afin d'assurer un suivi de qualité .

Sur simple demande , un entretien préalable peut être organisé afin de faire le point sur votre projet ; vous pouvez également participer à un atelier de pratique en ligne pour vérifier l'adéquation de la formation avec vos besoins et vos objectifs.

Plus de détails à l'article 13 des CGV

Modalités d'encadrement : formation structurée et animée par Alena Sindilaire, psychopraticienne depuis 2015, formatrice déclarée , créatrice des Méthodes Psychosystémies , Systémies Intérieures et Psycho-Théâtre – Marques déposées à l'INPI

Organisation générale du parcours

La formation de praticien en PsychoSystémies, ou psychopraticien en Systémies intérieures, propose un parcours complet pour comprendre, expérimenter puis intégrer une méthode d'accompagnement centrée sur la transformation des dynamiques psychiques, la multiplicité des instances psychiques , abordées sous l'angle de la métaphore théâtrale. La place de l'Enfant Intérieur et des blessures initiales est centrale dans la méthode .Elle a été élaborée à partir des apports de CG Jung et R.Assagioli notamment.

Elle combine apports théoriques, entraînement guidé, pratiques supervisées et immersion en présentiel afin de favoriser une montée en compétence progressive.

Les apprentissages distanciel sont réalisés au moyen d'une plateforme LMS (Learning Management System) dédiée, permettant le suivi de la progression pédagogique de chaque apprenant, l'accès aux ressources et la réalisation des activités de formation. Les modules sont accessibles 24H/24 pendant toute la durée des droits d'accès (3 ans) . Les ateliers pratiques synchrones se font sur la plateforme MEET, et font l'objet d'un enregistrement, pour permettre les replays. Chaque atelier est suivi d'un résumé commenté adressé aux apprenants .

Modalités de suivi : Suivi connexion LMS, émargement présentiel Google Form, présence aux ateliers , exercices de mise en situation, quiz d'évaluation.

Un parcours en deux temps : socle fondamental à distance + 4 jours d'immersion et de pratique en présentiel

Étape 1 : le socle fondamental – distanciel -

Cette première étape installe les bases de la méthode et vous permet de progresser à distance, à votre rythme, tout en bénéficiant d'un cadre pédagogique structuré. Le socle comprend cinq **modules de cours asynchrones** accessibles sur une plateforme dédiée: vidéos, quiz, exercices, documents pédagogiques et études de cas pour consolider les apprentissages.

Des **ateliers synchrones de pratique en ligne** sont proposés deux fois par mois, d'une durée de 1 h 30 à 2 h selon les échanges ; les replays et ressources restent accessibles pendant 36 mois pour accompagner votre progression.

Étape 2 : immersion et pratique-présentiel-

Cette étape comprend **4 jours de pratique en présentiel, 28 heures au total** . (soit 2 X 2 jours répartis ou 4 jours consécutifs) .Elle permet d'affiner la posture professionnelle, de sécuriser les protocoles, d'expérimenter la méthode en profondeur et de se préparer à la certification. La certification d'école n'est pas automatique : elle valide l'acquisition effective des compétences attendues.

Ce qui est inclus dans la formation

- **Espace d'entraide sur la plateforme :** les apprenants peuvent poser leurs questions, et la formatrice partage des réponses utiles à l'ensemble du groupe.
- **Groupe WhatsApp dédié :** un espace complémentaire facilite les échanges, le soutien entre apprenants et le maintien de la dynamique de groupe.
- **Accès aux ressources pendant 36 mois :** les replays, la vidéothèque des séances réelles filmées (avec le consentement des personnes concernées) et analysées, les supports pédagogiques et les ressources de formation restent disponibles tout au long du parcours.
- **Suivi pédagogique bienveillant :** en cas de difficulté, un plan d'ajustement personnalisé peut être proposé afin de soutenir la progression de l'apprenant.

Volume horaire global estimé : 76 heures

- **Vidéos et modules de cours en e-learning asynchrone : 15 heures** environ, soit près de 3 heures de contenus denses par module, à étudier à votre rythme.
- **Pratique et ateliers interactifs en téléprésentiel : de 9 à 36 heures**, selon votre implication.
- **Condition de validation** : 9 heures minimum de présence effective sont obligatoires, soit 6 ateliers de 1 h 30, pour la délivrance de l'attestation de fin de formation du socle fondamental. Les 36 heures correspondent à 12 mois d'ateliers téléprésentiels pour la personnes qui souhaite et peut participer à chaque atelier.
- **Accès étendu** : les ateliers téléprésentiels sont accessibles 3 ans, ainsi que leurs replays ; ce délai étendu inclut également une vidéothèque complémentaire de sessions enregistrées (avec consentement de la personne concernée), permettant de soutenir l'intégration dans la durée.
- **Travail personnel, quiz et exercices d'intégration : 24 heures**, correspondant au temps estimé pour l'assimilation des concepts, la réalisation des exercices pratiques, les lectures complémentaires, les cas d'études commentés, ainsi que la validation des quiz de fin de chapitre.
- **Immersion en présentiel : 28 heures**, soit 4 journées de 7 heures.

LE PROGRAMME : Descriptif détaillé des modules

Module 1 : Fondements et architecture du système psychique

Objectif pédagogique : Identifier et cartographier la multiplicité des instances psychiques et l'organisation du « théâtre intérieur » du consultant ; poser les bases conceptuelles de la méthode.

- **Chapitre 1 — Introduction et aperçu historique** : évolution du concept de multiplicité du moi, de Freud à Jung, Assagioli, l'analyse transactionnelle, le Voice Dialogue et le modèle IFS.
- **Chapitre 2 — Rencontre des Instances psychiques abordées sous l'angle métaphorique des personnages intérieurs** : définition des personnages intérieurs, de leurs rôles, de leurs émotions, de leurs motivations et de leurs manifestations dans la vie quotidienne.
- **Chapitre 3 — Organisation du « théâtre » psychique** : distinction entre Figures Majeures, figures secondaires, et « coulisses » afin d'identifier les parts visibles, réactives ou refoulées du système psychique.

Module 2 : Enfant intérieur et mécanismes de protection

Objectif pédagogique : Repérer et analyser les parts vulnérables et les mécanismes de défense avec la méthode des systémies intérieures ; - identifier les mécanismes de protection

- **Chapitre 1 — Construction de la personnalité** : compréhension des stratégies de protection développées durant l'enfance pour préserver son équilibre affectif et relationnel.
- **Chapitre 2 — Facettes de l'enfant intérieur** : distinction entre l'enfant blessé, porteur de souffrances, et l'enfant source ou naturel, associé à la vitalité, à la créativité et à l'élan de vie.
- **Chapitre 3 — Parts blessées et traumatismes** : identification des blessures fondamentales, de leurs origines et de leurs effets sur le système intérieur.
- **Chapitre 4 — Les mécanismes de protection du système** : analyse du rôle de ces mécanismes, des comportements de défense et des mécanismes d'auto-sabotage.
- **Chapitre 5 — Protocoles de libération** : travail de libération des empreintes émotionnelles actives, dialogue avec les protecteurs, intégration transgénérationnelle et restauration de la matrice de l'enfant naturel.

Module 3 : Le SOI et la posture de l'observateur

Objectif pédagogique : Instaurer et développer un espace de conscience et d'observation pour réguler, observer et unifier le système intérieur.

- **Chapitre 1 — Définition et rôle du SOI** : exploration du SOI comme conscience profonde, bienveillante, lucide et capable d'orchestrer les différentes parts du système.
- **Chapitre 2 — Posture du témoin** : apprentissage de la désidentification afin de passer du pilotage automatique à un leadership intérieur unifié.
- **Chapitre 3 — Dimensions énergétiques et archétypales** : observation des postures, des émanations et des archétypes qui structurent les personnages intérieurs.
- **Chapitre 4 — Niveaux d'inconscient** : différenciation entre inconscient inférieur, inconscient moyen, supraconscient, moi et Soi.

Module 4 : Processus d'accompagnement et protocoles de transformation

Objectif pédagogique : sélectionner et mettre en œuvre les protocoles et outils d'intervention permettant d'accompagner la résolution des blocages et des conflits intérieurs.

- **Chapitre 1 — Repérage des manifestations** émotionnelles, cognitives, ou comportementales, pour orienter le processus d'aide et d'accompagnement.
- **Chapitre 2 — Gestion des conflits et scénarios de vie** : compréhension des conflits intrapsychiques, relationnels et des répétitions issues de l'histoire personnelle.

- **Chapitre 3 — Outils d'intervention spécifiques** : mise en scène, spatialisation, états modifiés de conscience, visualisation, symbolisation et exploration des rêves comme supports.

Module 5 : L'humain derrière l'outil

Objectif : ajuster et affiner sa posture de praticien, et sécuriser le cadre d'accompagnement au service de la relation d'aide .

- **Chapitre 1 — Résonances systémiques et postures** : compréhension des réactions des personnages intérieurs du praticien face à ceux du consultant, notamment dans les phénomènes de transfert et de contre-transfert.
- **Chapitre 2 — Éthique et déontologie** : clarification du cadre d'accompagnement, des limites de la pratique et des conditions de sécurité de la pratique .
- **Chapitre 3 — Études de cas approfondies** : analyse de situations concrètes afin de consolider la posture, le discernement et la conduite des protocoles.
- **Chapitre 4 — Développement du style professionnel** : intégration progressive de la créativité personnelle dans l'utilisation des outils et des protocoles.
- **Chapitre 5 — Validation des acquis** : évaluation continue des compétences à travers les ateliers, les mises en situation et la pratique supervisée.

INFORMATIONS PRATIQUES , TARIFAIRES, REGLEMENTAIRES

***L'acquisition des compétences** est évaluée de manière continue tout au long du cursus, notamment à travers les ateliers téléprésentiels, les mises en situation , les exercices , la pratique supervisée, et les quiz à chaque fin de module.

***Validation** : Le suivi et la réussite du Socle Fondamental – distanciel - donne lieu à la délivrance d'une **attestation de fin de formation** ; puis à la certification de praticien en Psychosystémies , équivalent de Psychopraticien en Systémies Intérieures ; Cette certification d'école est délivrable , à l'issue du parcours complet incluant le présentiel.

***Aménagement & accessibilité handicap**

Les personnes ayant des besoins spécifiques ou des contraintes de mobilité pour accéder au socle présentiel sont invitées à me contacter avant l' inscription. Les adaptations et spécifications proposées sont consultables sur la page dédiée : <https://psychosystemies.fr/amenagement-handicap-accessibilite-> (handicap, problème de famille , éloignement important, etc)

***Documents contractuels : CGV et le Règlement Intérieur** sont consultables et téléchargeables à tout moment sur le site internet avant inscription ;

***Tarif de la Formation 2500 € net - exonéré de TVA - art. 261-4-4° du CGI**

Les détails et modalités détaillées de règlement et paiement échelonné sont présentées dans l'Onglet « Parcours & Tarif » du site

Compétences visées en résumé

- **Cartographier l'architecture psychique** de vos consultants à travers le prisme des Systémies intérieures.
- **Analyser les dynamiques de parts** afin d'accompagner les problématiques intra-personnelles et interpersonnelles.
- **Élaborer des protocoles d'accompagnement spécifiques** pour guider vos séances avec clarté, sécurité et discernement.
- **Concevoir un accompagnement thérapeutique ciblé et personnalisé**, en intégrant vos outils habituels et d'autres approches complémentaires lorsque cela est pertinent.

Informations complémentaires disponibles sur le site <https://psychosystemies.fr/>. Je suis également joignable 06 62 68 48 99 ou welcome@psychosystemies.fr pour toute demande ou question.

Doc établi en Juillet 2026



Aléna Sindilaire — EI — N° SIRET : 81358650000015 — Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 93830600883 auprès du préfet de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur ; cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État