

Formation Mû Médecine 2024 EcoThérapie

« Introduction aux interventions en santé mentale
basées sur le contact avec le vivant »




8 Mars et 15 Mars de 9h00 à 12h00
OnLine

- OBJECTIFS**
- Connaître les origines du «Green Care»
 - Comprendre les bases du travail d'accompagnement en extérieur
 - Poser le cadre et définir sa posture en tant que thérapeute/accompagnant
 - Intégrer le lien à la nature dans sa pratique
 - Identifier les différents stades d'intervention (vie quotidienne, santé, intervention thérapeutique)
 - Explorer les 4 niveaux d'intention : Attention & conscience - Eveil sensoriel & sensible -
Expérience réflexive - Apprentissage vicariant
 - L'Espace naturel : stimulations sensorielles, contrastes & reliefs, changements de perspective, résilience.
 - Bienfaits Physiologiques, Psychologiques et Neuropsychiques de l'accompagnement en Nature.
 - Aborder et lever les freins au travail d'accompagnement en extérieur.

Toute personne inscrite dans une démarche d'accompagnement par la nature
Thérapeutes formés souhaitant développer leurs interventions en nature
Personnes engagées dans l'accompagnement souhaitant intervenir dans la population
générale et promouvoir la santé au contact de la nature

QUI ?

Inscriptions :
contact.mu.medecine@gmail.com
 [mu.medecine](https://www.instagram.com/mu.medecine)

PEDAGOGIE

Formation en distanciel réalisée au moyen d'une plateforme de visioconférence

MOYENS

Plateforme Zoom
Diaporama
Articles de synthèse
Liste Bibliographique

METHODES

Présentation Théorique
Expérimentation pratique
Questionnement Individuel & en groupe

TECHNIQUES

Méditation
Brainstorming
Métaphores

MODALITES

6h (2x3h réparties sur 2 demi-journées
9h00 à 12h00
Formation en ligne
Subdivision en 4 modules de 1h30
Groupe : Min 5 personnes, 15 max.
180 €
8 et 15 Mars 2024

SUIVI & EVALUATION

Outil : QCM
La formation donne lieu à une attestation
de formation de 6 heures
Elle n'octroie pas de titre ni d'habilitation de
thérapeute ou d'écothérapeute

Thomas Busigny

Psychologue clinicien, Thomas Busigny a une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics.

- Docteur en psychologie
- Psychologue clinicien
- Psychothérapeute (Thérapie d'Acceptation et d'Engagement ACT, Thérapie Fondée sur la Compassion TFC, Thérapies de pleine conscience)
- Instructeur de Pleine Conscience (programmes MBSR, MBCT, IBPC) - Chargé de cours invité (Universités de Toulouse et de Montpellier).
- Formateur en formation continue pour psychologues, coachs et professionnels de santé (parcours ACT et parcours Écothérapie – Psyris / Terra Sylvia / Symbiofi)
- Co-auteur de :
 - **Busigny & Altenloh (2023). *Vivre l'instant... et après ? Trouver sens et cohérence par la méditation et la thérapie d'acceptation et d'engagement.***
 - **Altenloh & Busigny (2023). *Écothérapies : Ces nouvelles interventions en santé mentale basées sur le contact avec le vivant.* À paraître dans Heeren A., et al. *Santé mentale et changements climatiques*, Éditions De Boeck.**

<https://thomasbusigny.com>

MODULE I: *Les Origines* (1h30)

Historique du « green care » (théorique)
Les différents niveaux d'interventions basées sur la nature (théorique)
Définition de l'écothérapie et principaux courants (théorique)

MODULE II: *Les Interventions* (1h30)

La posture de l'accompagnant : mon rapport à la nature
(pratique : temps de partage en binôme + mise en commun)
Les niveaux d'intention (méthodologique) :

- Attention et conscience
- Éveil sensoriel/sensible
- Expérience réflexive
- Apprentissage vicariant

Méditation de l'arbre (pratique)

MODULE III: *Les Bénéfices* (1h30)

Pourquoi la nature fait du bien ?

- Les bénéfices des accompagnements en nature partie 1 (pratique : brainstorming de groupe)
- Les bénéfices des accompagnements en nature partie 2 (théorique)
- Les bénéfices pour les accompagnés (physiologiques, psychologiques, neuropsychologiques)
- Les bénéfices pour les accompagnants
- Les bénéfices pour la nature : la notion de sentiment d'appartenance
- Comment la nature fait du bien ? (théorique)

MODULE IV: *Le Cadre* (1h30)

Les peurs (pratique : partage en binôme + débriefing)
Les risques (théorique)
Les précautions (méthodologique)