



## Médiations asbl

Centre de formation agréé par la Commission Fédérale de Médiation

# Programme des formations permanentes de médiateurs agréés ou non

## 2015 : quatrième trimestre

### Le thème de cette année : « Le confort et le bien-être du médiateur »

- ▶ La formation continue pour les médiateurs agréés par la CFM :
  - Le vécu des émotions en médiation
  - Information en alcoologie
  - Vidéoformation en médiation
  - Le mind mapping pour négocier
  - L'EFT pour le médiateur :
  - L'ennéagramme pour améliorer sa pratique de médiateur
  - L'ennéagramme pour un suivi évolutif
  - La communication assertive avec un médiant « récalcitrant »
  - Une vie sans stress est une utopie, comment en faire un allié ?

 En 2016

Médiations asbl fêtera **ses 20 ans** d'existence le 3 janvier 2016, déjà merci à tous de nous avoir soutenu, fait confiance et avoir informé autrui de nos activités. Nous vous en sommes extrêmement reconnaissants.

Un programme tout spécial sera présenté prochainement ...

- Prévenir ou se remettre d'un burn out
- Etre positif, cela s'apprend !
- Respiration et conscience dans l'ici et maintenant
- Partenariat avec Jacqueline Morineau de Paris

## LA FORMATION PERMANENTE POUR LES MÉDIATEURS

### Pour qui ?

La formation permanente s'adresse aux **médiateurs agréés ou non**, quelle que soit la formation professionnelle initiale.

Afin de conserver leur agrément, la Commission Fédérale de Médiation (**C F M**) exige dans le cadre des obligations professionnelles du **médiateur agréé** qu'il suive une formation continue de 18 heures au moins tous les 2 ans.

MEDIATIONS asbl est **agréée par la CFM**.

### Les objectifs de la formation permanente permettent :

- L'approfondissement des acquis des formations en médiation ;
- De revenir sur la pratique en y apportant des savoirs faire et savoirs être en lien direct avec le professionnalisme du médiateur ;
- De répondre à des questions nouvelles par rapport aux évolutions des contextes de la médiation et de la pratique du médiateur ainsi qu'aux sujets juridiques.



### Validation :

- A l'issue du **suivi total** des heures prévues de la formation permanente, une attestation de participation sera délivrée.
- Un jour de formation donne **6 heures** pour obtenir l'agrément.
- Pour obtenir **un agrément** de votre formation permanente, vous introduisez un dossier auprès de la **C F M** qui est **la seule instance habilitée** à le faire.
- **ATTENTION ! prenez connaissance des formations acceptées par la CFM (voir rubrique FAQ) ainsi que les deux documents ci-dessous.** <sup>1</sup>
- *Décision du 18 décembre 2008 modifiée par la décision du 11 juin 2009, 6 mai 2010 et 28 avril et 9 juin 2011 définissant les obligations des médiateurs agréés en matière de formation permanente.*
- *Directives de la décision du 1 février 2007 modifiée par la décision du 28 janvier 2009.*

- **Le chapitre III précise les conditions d'agrément pour une formation continue (art. 17). (extraits)**
- La formation permanente peut être constituée d'une formation théorique (conférence ou cycle de conférences, symposium, colloque, journée d'étude, etc.) ou d'une formation pratique (étude de cas, supervision, jeux de rôles ou Intervision).
- La formation théorique doit avoir un intérêt direct pour la pratique de la médiation.
- **Cela signifie, par exemple, qu'une formation purement juridique, n'est pas prise en compte pour des juristes si elle n'est pas axée sur la pratique de la médiation.**
- **De même une formation complémentaire en sociologie ou en psychologie, qui n'est pas axée sur la pratique de la médiation, n'est pas prise en compte pour des sociologues ou des psychologues.**

<sup>1</sup> site <http://www.fbc-cfm.be/fr-secr.commissiondemediation@just.fgov.be>



POUR LA FORMATION PERMANENTE, NOUS PRATIQUONS LES TARIFS SUIVANTS

Médiateur	Prix par journée
Institution et médiateur agréé	€ 120,00
A partir de deux formations par an. Civ.	€ 110,00
Formés à Médiations asbl- Etudiant (-de 25 ans) ou chômeur	€ 100,00
A partir de deux formations par an. Civ.	€ 90,00

### CONDITIONS GENERALES D' INSCRIPTION

**A lire attentivement...** 😊 LA GESTION DES INSCRIPTIONS DEMANDE DU TEMPS ET DE L'ATTENTION, AIDEZ NOUS EN SUIVANT STRICTEMENT LES POINTS SUIVANTS, MERCI.

L'inscription à la formation choisie est un engagement **ferme** du participant à s'engager **pleinement et intégralement** à suivre le **nombre d'heures prévues** (Respect des horaires annoncés) pour recevoir l'attestation de formation continue de médiateur (**6h par jour** pour la CFM) à conserver soigneusement. (frais de duplicata **15,00 €**)

1. Le paiement sera effectué par virement en faveur de MEDIATIONS asbl auprès de de la Banque BELFIUS

N° de compte	Code IBAN	Code BIC
068-2225835-03	BE 21 06.82 225 835 03	GK CCBBB

2. Avec en communication le **nom de la personne inscrite et le code** de la formation choisie et le numéro de la facture.
3. La réception de **votre paiement** rendra votre **inscription définitive dans l'ordre d'arrivée**.
4. Les informations concernant les modalités pratiques (lieu, plan d'accès, horaires) vous seront confirmées et communiquées **10 jours avant le démarrage de la formation**.
5. **MEDIATIONS asbl** se réserve le droit d'annuler une formation, si le nombre de participants est insuffisant. Le montant de l'inscription sera soit intégralement remboursé aux participants, soit reporté pour une autre formation avec l'accord des parties.
6. Toute annulation de **moins de 14 jours ouvrables avant le démarrage de la formation** ne fera l'objet **d'aucun** remboursement.
7. En dehors de cette période, toute **annulation motivée** pourra faire l'objet soit d'un remboursement, soit d'un report à une autre formation mais dans les deux cas, **8,00 € de frais administratifs** seront demandés.
8. En cas de contestation, seuls les tribunaux de l'arrondissement judiciaire de Bruxelles sont compétents, après avoir proposé une médiation.



## Formulaire d'inscription à nous renvoyer **PAR POSTE** ou **PAR MAIL**

### Informations générales :

- **Le lieu des formations :** Auberge de jeunesse Van Gogh, située rue Traversière, 8 1210 Bruxelles. (Métro Botanique)
- Les formations sont prévues pour un groupe de 8 à 16 participants au maximum.

**Cette fiche est importante pour gérer les inscriptions et pour vous contacter rapidement.**

**Vous avez la possibilité de vous inscrire : via le site ou**

- **Par courrier postal** à l'adresse suivante :  
**MEDIATIONS asbl**, 62/1 Drève de Rivieren à 1083 Ganshoren- 02/426.16.43
- **Par mail** à l'adresse suivante : [mediations@mediationsasbl.be](mailto:mediations@mediationsasbl.be)

### Vos coordonnées :

Nom, Prénom:	Chômeur ou étudiant (moins de 25 ans) :
Adresse privée:	Code postal:
Mobile pour vous joindre rapidement :	
Mail privé :	Mail professionnel:
Profession:	Tél professionnel:
Adresse professionnelle :	Code postal:

**Je souhaite recevoir les informations ou être contacté via mes coordonnées :**

- **Professionnelles**
- **Privées**

**Inscription :** Je souhaite participer à la formation suivante: **cochez.**

- 15 VID :** Videoformation en médiation **(3 h) : Le samedi 21 novembre 2015**
- 15 EMO :** Le vécu des émotions en médiation **(3 h) : Le mardi 15 décembre 2015**
- 15 MPb :** Le mind mapping pour négocier : **Le vendredi 30 octobre 2015**
- 15 ENb :** L'ennéagramme pour améliorer sa pratique de médiateur : **les Jeudis 12 et 26 novembre 2015**
- 15 EN2 :** L'ennéagramme pour un suivi évolutif : **jeudi 14 & mardi 26 janvier 2016**
- 15 ALC :** Information en alcoologie : **Le vendredi 11 décembre 2015**
- 15 ASM :** La communication assertive avec un médiant « récalcitrant » : **Le vendredi 13 novembre 2015**
- 15 STR :** Une vie sans stress ? : **le lundi 9 novembre 2015**
- Je certifie avoir lu et accepté les conditions générales d'inscription en page (4).**

A Bruxelles, le

Signature



## VIDEOFORMATION : LA MEDIATION EN PRATIQUE CODE : 15 VID

Les médiateurs pratiquent au quotidien, pourtant un moment d'arrêt sur une situation filmée permet de visionner les attitudes du médiateur, d'en prendre conscience et de les modifier au besoin.

Au départ de cas apportés et mis en situation par les médiateurs, la vidéoformation permet l'analyse en profondeur des outils, méthodes et attitudes du médiateur.

La caméra sera utilisée pour cette journée de pratique entre médiateurs.

OBJECTIFS	MÉTHODOLOGIE
<ul style="list-style-type: none"><li>● Identifier les attitudes du médiateur ;</li><li>● Se conscientiser face aux difficultés et facilités dans un processus de médiation filmé ;</li><li>● Permettre de s'auto évaluer et de modifier sa pratique ;</li><li>● Observer les effets de notre méthodologie, Le non verbal, les outils</li><li>● Utiliser d'une manière sereine vos émotions en médiation et s'autoriser à les exprimer.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Méthodologie inductive, participative et active ; par la vidéo</li><li>● Dynamique de groupe et mise en situations apportées et filmées par les médiateurs</li><li>● Confidentialité et bienveillance</li></ul>

### ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

- Quelles compétences récurrentes sont rencontrées dans un processus de médiation ?
- La pratique du médiateur, ses outils et sa méthodologie
- Apprendre à utiliser l'outil d'auto analyse par la vidéo formation
- Aborder les questions déontologiques
- Respecter le cadre de la médiation
- Sortir du triangle infernal
- Mesurer les silences

### MODALITÉS PRATIQUES

- **Date:** Le samedi 21 novembre 2015
- de 10h à 13h **soit 3 heures**
- **Formatrice :** Ginette DEBUYCK, consultante, formatrice, superviseure, master en sciences de l'éducation, médiatrice familiale agréée.



## Le vécu des émotions en médiation : vous dites « empathie » ? CODE : 15 EMO

Nous sommes de par notre cerveau « évolué » des êtres dotés d'émotions et de raison. Paradoxalement nos émotions et celles des autres nous embarrassent. Pour vivre avec nos émotions, nous donner de l'empathie et en donner aux médiateurs, nous avons besoin de reconnaître la puissance juste et profonde que les émotions nous apportent. Nous traverserons nos 6 familles d'émotions avec un approfondissement de chacune d'elle afin de vivre sereinement un processus de médiation dans lequel les conflits font systématiquement émerger nos ressentis. La théorie de l'empathie est connue, savons-nous l'utiliser ?

OBJECTIFS	MÉTHODOLOGIE
<ul style="list-style-type: none"><li>● Identifier les émotions des médiateurs dans un contexte de crise.</li><li>● Se conscientiser face aux difficultés de l'expression des émotions tant chez les médiateurs que chez le médiateur.</li><li>● Apprendre à avoir un vocabulaire des émotions et s'autoriser à les exprimer.</li><li>● vivre vos émotions au quotidien.</li><li>● Utiliser d'une manière sereine l'empathie en médiation</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Méthodologie inductive, participative et active ;</li><li>● Dynamique de groupe et mise en situations</li></ul>

### ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

- Qu'est-ce qu'une émotion ? la théorie des émotions.
- La liste des 6 émotions, la liste des sentiments à proscrire.
- Apprendre à utiliser l'empathie comme outil de décodage des non-dits en médiation.

### MODALITÉS PRATIQUES

- **Formatrice** : Ginette DEBUYCK, consultante, formatrice, superviseuse, master en sciences de l'éducation, médiatrice familiale agréée.
- de 10h à 13h **soit 3 heures**
- **Date : mardi 15 décembre 2015**



## LE MIND MAPPING, UN OUTIL PERFORMANT AU SERVICE DE LA NEGOCIATION

CODE : 15 MPb

→ “A la frontière du cerveau droit et du cerveau gauche, se trouve la carte heuristique, tout à la fois outil de divergence et moyen de convergence, technique de créativité et volonté de rigueur.” Luc de Brabandère

**Le Mind Mapping est un outil polyvalent, puissant et simple à la fois !**

Il repose sur l'utilisation et le rééquilibrage de notre “cerveau total” et libère ainsi des ressources créatives insoupçonnées. Il permet de visualiser l'information en focalisant les détails tout en percevant le global.

Son usage est pluriel tant dans la sphère personnelle que professionnelle: gestion de projet, brainstorming, réalisation d'un arbre de connaissances, prise de note, organisation, présentation innovante aux médiateurs...

OBJECTIFS	MÉTHODOLOGIE
<ul style="list-style-type: none"><li>● Développer des acquis des formations de base ;</li><li>● De revenir sur la pratique en y apportant des savoirs en lien direct avec le professionnalisme du médiateur ;</li><li>● De répondre à des questions posées pour construire un accord en médiation.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Méthodologie inductive, participative et active ;</li><li>● Dynamique de groupe ;</li><li>● Mises en situation, travaux en ateliers en binômes, jeux de rôle,...</li></ul>

### ITINERAIRE PEDAGOGIQUE

- A l'issue de la formation, vous utiliserez le mind mapping lors des rédactions et élaborations d'issues entre les médiateurs.
- En tant que médiateur, vous pourrez rassembler les points de vue, identifier les forces et faiblesses, créer le point de rencontre avec aisance pour négocier un accord équilibré.

### ... MODALITÉS PRATIQUES

- **Date :** Le vendredi 30 octobre 2015 de 09h30 à 16h30
- **Formatrice :** Sophie FETU, Coach, formatrice, certifiée en PNL et ennéagramme





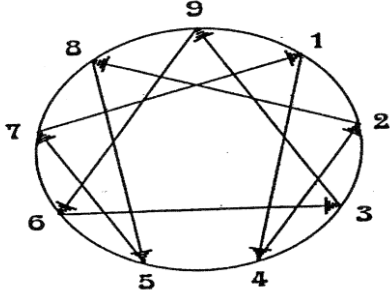
## DECOUVRIR L'ENNEAGRAMME POUR AMELIORER SA PRATIQUE DE MEDIATION

## CODE : 15 ENb

A toute personne motivée et intéressée par une meilleure connaissance de soi, de l'autre et de la relation, à travers le système dynamique et ouvert qu'est l'Ennéagramme. Car en effet, celui-ci présente les tenants et aboutissants de notre personnalité et la rencontre de nos deux côtés « pile et face » et « ombre et lumière » de chacun-e d'entre nous, à travers neuf styles de personnalités qui caractérisent l'essence de l'être humain, et que nous croisons souvent sans nous en rendre compte... pour le meilleur et parfois pour le pire.

L'Ennéagramme est ainsi une démarche d'apprentissage qui permet d'améliorer la relation mais aussi et surtout un processus d'évolution qui invite à une meilleure connaissance de soi et des autres.

L'Ennéagramme constituera toujours un instrument de travail pertinent pour toute personne engagée avec des êtres humains, et ce, quelle que soit notre profession. Nos rôles de médiateur/trice, n'y échappent pas ! Enfin, loin d'enfermer dans une boîte, l'Ennéagramme montre plutôt la boîte, dans laquelle la Vie nous a enfermés

OBJECTIFS	MÉTHODOLOGIE ET RÉFÉRENTIELS
<ul style="list-style-type: none"><li>● Découvrir ce qui est pour beaucoup la plus ancienne et pertinente méthode sur l'étude des personnalités.</li><li>● Faire connaissance avec sa base, ainsi que ses côtés merveilleux et ses zones d'ombre.</li><li>● Considérer nos mécanismes de défense.</li><li>● Evaluer qualitativement nos potentialités et vertus.</li><li>● Travailler l'auto-observation de nos mécanismes de la personnalité et ceux de notre entourage.</li><li>● Donner du sens à nos fonctionnements en « pilote automatique ».</li><li>● Exploiter et mettre en pratique l'utilisation des apprentissages.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Pédagogie interactive, inductive et explicative,</li><li>● Panels de partage,</li><li>● Exercices pratiques pour notre quotidien,</li><li>● Vidéos et films servant à l'analyse des personnalités,</li><li>● Portefeuille de lectures</li></ul> 

### ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

- L'ennéagramme : bref historique & présentation des neuf bases,
- Découvrir son Enneatype, en prenant conscience de la manière dont je focalise mon attention à moi-même, aux autres et au monde.
- L'interaction de ma base aux autres : un défi et une opportunité d'aller plus loin, dans l'évolution personnelle.
- En quoi l'Ennéagramme est-elle une aide précieuse pour des situations de médiation ?

## MODALITÉS PRATIQUES

- **Dates** : 2 jours indissociables
- **Les 12 et le 26 novembre 2015** de 09h30 à 16h30
- **Formateur** : Juan Romero, psychopédagogue, médiateur & certifié en Ennéagramme



## L'ENNEAGRAMME pour un suivi évolutif..

CODE : 15 EN2

Lors d'une première découverte de sa propre base et de notre sous-type (même si l'on n'est pas encore tout à fait sûr), on est souvent troublés et sous l'effet d'un choc.

Comme si une double attitude nous surprenait subitement. Soit c'est l'admiration. Soit c'est une profonde réflexion pendant une période de notre vie sur ce personnage que l'on commence à découvrir autrement. Ensuite ce qui nous arrive très spontanément aussi c'est que nous nous demandons qu'elle est la base et le sous-type de ceux et celles que nous côtoyons dans notre quotidien.

Une façon pertinente de ce faire, sera de continuer à nous regarder nous-mêmes et se dire qu'est-ce que cela provoque en moi lorsque l'autre à telle ou telle attitude ? Qu'est-ce que j'ai difficile à accepter dans sa manière de faire, d'être, de vivre ou d'exprimer ?

Qu'est-ce qui m'incommode chez lui/elle finalement ? Ce module d'approfondissement aura plusieurs objectifs pendant ces deux jours

## ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

- Prendre en considération notre pratique de l'Ennéagramme, là où nous l'avons laissée...
- Revenir de manière concrète et pratique sur les sous-types et leur influence dans nos faits et gestes quotidiens.
- Examiner attentivement les modes communicationnels et relationnels que chaque base privilégie et les moyens qu'elle peut se donner pour évoluer.
- Entrevoir un aperçu de ce que chaque base apprécie chez les autres et ce qui lui pose problème.
- Enfin des panels d'échange et de travail -selon la participation des bases présentes- feront un écho pratique à ces considérations.

## MODALITÉS PRATIQUES

- **Dates** : 2 jours indissociables
- **Les jeudi 14 & mardi 26 janvier 2016** de 09h30 à 16h30
- **Formateur** : Juan Romero, psychopédagogue, médiateur & certifié en Ennéagramme

## La communication assertive face à un médiant « récalcitrant » CODE : 15 RAM

L'assertivité est l'aptitude, face à une situation quelconque, à définir clairement notre position, à la faire connaître, à la défendre sans agressivité ni passivité tout en admettant des positions différentes de la part des autres. Cette aptitude se manifeste par la mise en œuvre d'une attitude d'écoute alternant avec l'exposé clair de son propre point de vue. Certains médians « récalcitrants » font opposition au processus, comment rester assertif face à eux ?

### Objectifs

- Découvrir les fondements de l'assertivité
- Développer et renforcer sa confiance en soi.
- Se respecter soi-même et respecter les autres.

### Méthodologie et référentiels

- Méthodologie inductive, participative et active
- Dynamique de groupe
- Mises en situation, jeux de rôle,...

### Itinéraire pédagogique

- Comprendre ce qu'est réellement l'assertivité
- Faire le point sur ses qualités et ses limites comportementales
- Découvrir les différentes attitudes dans la relation
- Identifier son système de réactions spontanées en cas de non-assertivité
- Répondre à l'agressivité ou à l'agressivité dite passive

### MODALITÉS PRATIQUES

- **Date : Le vendredi 13 novembre 2015 de 09h30 à 16h30**
- **Formateure** : Sophie FETU, Coach, formatrice, certifiée en PNL et ennéagramme



**faire un allié ?**

**Une vie professionnelle sans stress est utopique. Comment en  
CODE : 15 STR**

Tout être humain est confronté au stress, et d'autant plus pour un médiateur qui médie dans une situation de conflits. Une vie sans stress est utopique... Un programme simple, efficace et ludique vous est proposé. Ces objectifs seront atteints par l'apprentissage de différents exercices corporels actifs, dynamiques ou relaxants pratiqués en position assise, debout ou couchée. Vous pourrez l'appliquer dans n'importe quel domaine de votre vie personnelle, professionnelle et guider les médians sereinement dans leur processus. Vous ferez l'expérience par un Test, des techniques de relaxation, de la Cohérence Cardiaque, de la Respiration (calmante équilibrante et énergisante)....

### OBJECTIFS

- Définir les diverses formes de stress qui nous permettent d'évoluer positivement ;
- Repérer les sources de stress professionnel et d'en identifier les causes objectives et subjectives afin de les analyser et d'y apporter une issue viable ;
- Travailler sur notre habilité à transformer le stress inhibiteur en stress générateur d'actions concrètes et efficaces.

### MÉTHODOLOGIE ET RÉFÉRENTIELS

- Méthodologie inductive, participative et active ;
- Dynamique de groupe ;
- Techniques de relaxation ...

### ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

- Repérage des divers facteurs déclencheurs
- Appropriation des processus qui permettent d'absorber le stress par des prises de conscience et de votre mise en place des différents outils dans votre quotidien, vous obtiendrez de nombreux effets physiologiques : rééquilibrage du système nerveux, détente physique, calme, confiance et estime de soi
- Tout en partant du corps, l'objectif principal est de favoriser le développement de la concentration afin de donner à votre conscience la possibilité de gagner en détachement et en stabilité. Sans le développement de cette faculté, il vous est difficile d'acquérir le recul nécessaire à la maîtrise de soi.
- Décompresser rapidement et retrouver un état de bien-être et de calme.

### MODALITÉS PRATIQUES

- **Formateurs** : Hendrika Hermans, kinésithérapeute et Karine Mal, assistante sociale en orientation scolaire et familiale.
- **Date** : Le lundi 9 novembre 2015 de 09h30 à 16h30



## EFT pour le médiateur « Emotional Freedom Technique » CODE : 14

MEFT

**Aux médiateurs** qui veulent maîtriser cet outil pour effectuer un travail sur soi.

***Vous sentez-vous submergé par vos émotions ou pensées lors de vos entretiens ? L'EFT peut vous aider !***

Fondée aux Etats-Unis en 1993 par Gary Craig, l'EFT fait partie de ce nouveau courant appelé Psychologie Energétique.

A un niveau de base, cette technique est simple et facile à utiliser. Elle donne la possibilité de gérer les émotions déséquilibrantes : peur, agressivité, stress, douleur d'origine émotionnelle... Elle apaise en quelques minutes et vous apporte une sérénité de vie, en cas d'utilisation fréquente.

Vous pouvez la pratiquer en tout moment et en tout lieu. D'ailleurs, un des aspects les plus importants réside dans le fait que cet outil vous permet d'évoluer vers vos objectifs à votre propre rythme.

Nous pouvons vous affirmer que vous aurez un outil toujours à portée de main pour gérer vos émotions et contrôler vos pensées limitantes.

**Le meilleur moyen d'en ressentir les effets dans votre corps n'est-il pas de le découvrir par vous-même ?**

OBJECTIFS	MÉTHODOLOGIE ET RÉFÉRENTIELS
<ul style="list-style-type: none"><li>● Théorie du principe de base de l'EFT ;</li><li>● Instructions détaillées sur l'utilisation de la technique de base ;</li><li>● Repérer les sources de stress professionnelles et les alléger;</li><li>● Tout en partant du corps, l'objectif principal est de libérer les charges émotionnelles et vous donner la possibilité d'acquérir le recul nécessaire à la maîtrise de soi.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Méthodologie inductive, participative et active ;</li><li>● Dynamique de groupe ;</li><li>● La technique consiste en un rééquilibrage par la stimulation de points situés sur le trajet des méridiens répertoriés par la médecine chinoise.</li></ul>

### ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

- Repérage des divers facteurs déclencheurs émotionnels, mentaux et physiques.
- Appropriation du processus par la mise en place de la pratique dans vos difficultés professionnelles.

### MODALITÉS PRATIQUES

#### **Formateurs :**

- Hendrika HERMANS, kinésithérapeute et Karine MAL, orientation scolaire et familiale
- **Date : Le 19 octobre 2014 de 09h30 à 16h30**



L'alcool est souvent considéré comme un phénomène plutôt anodin, inévitablement bien venu dans les fêtes, les diners, les occasions, ... sauf que lorsqu'il fait partie du quotidien, son effet a des répercussions importantes dans les relations familiales, sociales, affectives, ... L'information vise à vous donner des repères et des outils pour aborder les dépendances en médiation.

OBJECTIFS	MÉTHODOLOGIE
<p>La formation continuée permet :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● D'acquérir une connaissance approfondie de la problématique alcool ;</li><li>● De revenir sur la pratique en y apportant des savoirs en lien direct avec le professionnalisme du médiateur ;</li><li>● D'avoir une réaction adéquate, d'éviter les pièges de la Co-dépendance.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Méthodologie inductive, participative et active ;</li><li>● Dynamique de groupe ;</li><li>● Mises en situation, travaux en ateliers en binômes, jeux de rôle,...</li></ul>

#### ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

- Le produit alcool et ses conséquences dans les relations
- Comment communiquer en médiation avec une personne ayant un souci avec l'alcool ?
- L'alcool et moi....

#### MODALITÉS PRATIQUES

- **Formateur** : Yves CORBISIER, médiateur, formé en prévention alcoologie
- **Date** : Le vendredi 11 décembre 2015 de 09h30 à 16h30



## Respiration et conscience dans l'ici et maintenant CODE : 16 RC

Tout être humain est confronté au stress, et d'autant plus un médiateur lors de ses entretiens. Durant cette journée, nous vous proposons un programme simple et efficace incluant des outils issus de différentes écoles : la Sophrologie, le Yoga, la Méditation Bouddhiste, le Qi gong.

Vous pourrez l'appliquer dans n'importe quel domaine de votre vie professionnelle et aussi personnelle.

Vous apprendrez à porter votre attention sur l'ici et maintenant grâce au travail de la respiration et de la concentration.

Il faudra juste suspendre l'action et le mouvement, s'arrêter prendre le temps de ressentir et habiter l'instant présent.

OBJECTIFS	MÉTHODOLOGIE ET RÉFÉRENTIELS
<ul style="list-style-type: none"><li>• Être dans l'accueil,</li><li>• Vivre et traverser vos émotions,</li><li>• Vous protéger des charges émotionnelles des méditants,,</li><li>• Vous libérer du stress de l'entretien,</li><li>• Lâcher prise par rapport aux attentes de résultats</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Méthodologie inductive, participative et active</li><li>• Respiration (calmante, équilibrante et énergisante)....</li><li>• Apprentissage d'exercices corporels actifs, dynamiques et relaxants</li><li>• Concentration et méditation</li></ul>

### ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

- Appropriation des processus qui permettent d'absorber le stress et la mise en place des différents outils dans votre quotidien. Vous obtiendrez de nombreux effets physiologiques : rééquilibrage du système nerveux, détente physique, calme, confiance et estime de soi
- Tout en partant du corps, l'objectif principal est de favoriser le développement de la concentration afin de donner à votre conscience la possibilité de gagner en détachement et en stabilité. Sans le développement de cette faculté, il vous est difficile d'acquérir le recul nécessaire à la maîtrise de soi.
- Décompresser rapidement et retrouver un état de bien-être et de calme.

### MODALITÉS PRATIQUES

- **Formateurs :**
- Hendrika HERMANS, kinésithérapeute et Karine MAL, orientation scolaire et familiale
- **Date : Le 17 mars 2016 de 09h30 à 16h30**
- **Apporter un tapis de sol et une couverture**



La psychologie positive est l'étude des conditions et des processus qui contribuent à l'épanouissement ou au fonctionnement optimal des individus et des groupes.

Elle propose de considérer qu'à côté des problèmes s'expriment des expériences riches de sens et de potentialités.

Einstein disait d'ailleurs que l'on ne peut résoudre un problème avec le même type de pensée que celle qui l'a créé !

### OBJECTIFS

- Comprendre le sens des sentiments négatifs, des pensées limitantes
- Cultiver les sentiments positifs et les partager
- Modifier le langage postural du corps,
- Renforcer votre engagement, retrouver votre motivation et du sens.

### MÉTHODOLOGIE ET RÉFÉRENTIELS

- Méthodologie inductive, participative et active
- Dynamique de groupe
- Apprentissage d'exercices corporels actifs,

### ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

La psychologie positive offre un nouvel éclairage sur nos comportements et propose des outils pour cultiver le bien-être et le bonheur, la créativité, le sentiment d'efficacité personnelle, l'estime de soi, l'humour, le sens de la vie, l'optimisme...

### MODALITÉS PRATIQUES

- **Formateurs :**
- Hendrika HERMANS, kinésithérapeute et Karine MAL, orientation scolaire et familiale
- **Date : Le lundi 25 avril 2016 de 09h30 à 16h30**



## NOS PARTENARIATS

### La médiation humaniste : stage pratique

CODE 16 MH

Jacqueline Morineau nous écrit dans ses livres et nous enseigne le processus de médiation qui relie les médiateurs dans leur humanité et leur recherche de la paix intérieure en expérimentant à travers des mises en situation les étapes nécessaires à la libération du cri, de la souffrance qui entrave souvent nos relations et surtout celle qui nous relie à nous-mêmes.

#### OBJECTIFS

- Se conscientiser quant à « l'intention de la non-méthode de la médiation humaniste ».
- Accompagner le médiateur dans son humanité à travers les étapes du conflit qu'il traverse, à son rythme, dans les silences nécessaires.
- Co médier à plusieurs et laisser une place à chacun.

#### MÉTHODOLOGIE ET REFERENTIELS

- Dynamique de groupe.
- Mises en situations de cas réels apportés par les participants

#### ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

- Faire l'expérience du processus de la médiation humaniste par des mises en situation réelles des participants
- Pratiquer en profondeur et éprouver les outils du « miroir »
- Ressentir les outils de la médiation en tant qu'observateur, médiateur ou médiateur
- Pour Jacqueline Morineau c'est de « se libérer de l'esclavage de l'accumulation de savoirs, travailler un état d'être ».

#### MODALITÉS PRATIQUES

- **Dates** : 2 jours indissociables soit :
- **Les samedi 9 et 10 janvier 2016** de 09h30 à 17h30 **CODE : 16 MH**
- **Formatrice** : Jacqueline Morineau, médiatrice de Paris, France
- Validation : 14 heures CFM (commission fédérale de médiation)

#### TARIF

- Pour tous : 250,00€ pour deux jours -
- Formés à l'asbl Médiations : 225,00€ pour deux jours-

Médiations asbl a le plaisir de vous convier à la conférence  
« Le médiateur de l'âme »

Présentée par Jacqueline Morineau

Médiatrice, auteure et formatrice.

Elle nous parlera de sa quête du sens de la vie pour mieux œuvrer dans la médiation.

Le vendredi 8 janvier 2016

Bruxelles

Une femme exceptionnelle

Qui est-elle ?

**Jacqueline Morineau** a été chercheuse au British Museum, spécialisée en numismatique grecque, elle a préparé le corpus des monnaies D'Oponthe.

En 1984, elle s'est trouvée impliquée dans une réflexion sur la médiation et a été chargée de créer la première expérience de médiation pénale pour le Parquet de Paris. Elle a créé le CMFM (centre de médiation et de formation) et a élaboré une méthode spécifique pour former des médiateurs en France et à l'étranger.

Dans son premier livre « *l'Esprit de la médiation* », elle explique le succès remporté par plus de 2.000 médiations en milieu pénal mais aussi scolaire et familial.

Elle s'implique dans le programme de culture de paix de l'UNESCO et s'occupe d'un réseau européen de jeunes médiateurs tant en Bosnie qu'en Europe.

Confrontée à la souffrance qui est au cœur du conflit, elle a élaboré une approche, « la médiation humaniste », pour permettre aux antagonistes de comprendre le cheminement des événements, leur responsabilité, et de découvrir leur capacité de changer d'attitude et ainsi, de changer la situation.

Véritable mode de transformation personnelle, mais aussi mode de relation aux autres, la médiation humaniste a conduit Jacqueline Morineau à la diffuser dans des environnements très variés : scolaire, universitaire, social, familial et international...

Aujourd'hui, elle s'implique particulièrement à la développer pour offrir un chemin de connaissance de soi, en tant qu'apprentissage de vie au quotidien dans son projet de Binanville (ferme biologique et centre ouvert), lieu hautement historique qui permet au sein de la nature de suivre les stages et les réunions de réflexion qu'elle anime.

Son deuxième livre, « *Le médiateur de l'âme* » offre le complément à son livre précédent, un cheminement vers la complétude de l'être.

Par son parcours personnel jalonné d'épreuves, par son riche bagage culturel, par son approche professionnelle et concrète de la médiation, l'auteure parvient à transmettre le fruit précieux de toute une vie : comment se réconcilier avec soi-même et les autres ?

Elle est habituée à donner des conférences dans divers pays (français, anglais et italien).

Elle nous apportera tant son expérience inestimable que sa profondeur dans la pratique de médiation.

## Dédicace des livres vendus sur place.

« L'esprit de la médiation », Cahors, Erès, 1998

« Le médiateur de l'âme » le combat d'une vie pour trouver la paix intérieure » Ed Nouvelles cités, 2008

### MODALITÉS PRATIQUES

- Validation : 2 heures CFM (commission fédérale de médiation)

### TARIF

- Pour tous : 10,00€
- Formés à l'asbl Médiations : 8,00€
- Étudiants et sans emploi : 5,00€