

FORMATION DE PRATICIEN

EN TECHNIQUES D'OPTIMISATION DU POTENTIEL (TOP)[®]

OBJECTIFS - A l'issue de la formation, le participant sera capable :

- D'intégrer la méthode TOP© dans sa pratique professionnelle ;
- D'intégrer la méthode TOP en accompagnements individuels ou collectifs ;

PARTICIPANTS – Toute personne souhaitant intégrer la méthode TOP dans sa pratique professionnelle (Managers, DRH, coach, professions libérales, personnel de santé, de l'éducation, du monde sportif, artistique...).

PRE REQUIS

- Avoir suivi dans son intégralité la Formation Initiale TOP dans les deux années précédant le début de la formation de Praticien TOP (P-TOP).
- Il est vivement recommandé d'avoir fait un parcours de « développement personnel » (évalué lors d'un entretien en face à face ou à distance).

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES MIS EN ŒUVRE

La formation Praticien TOP est basée sur les principes de la pédagogie active :

- Illustrations des concepts et techniques par diverses approches (vidéos, cas concrets) analysées par les stagiaires avec un retour du formateur ;
- Fondamentaux théoriques nécessaires à la compréhension et à l'utilisation des techniques ;
- Expérimentations et entraînements commentés ;
- Partage sur situations vécues pour intégration dans son champ professionnel ;
- Tutorat, groupes d'Entraînement Mutuels, supervisions collective et individuelle du travail personnel en intersession (suivi via le livret du Praticien), accompagnement à la rédaction du mémoire
- Documents (fiches techniques, présentations ppt) en version informatisée ;
- Documents audios pour l'entraînement personnel des stagiaires.

MODALITES DE CONTROLE DES CONNAISSANCES

- Evaluations théoriques écrites (2x1h) ;
- Evaluations orales en continu ;
- Quizz au début de chaque session en présentiel ;
- Evaluations pratiques (séquences pratiques pendant la formation en présentiel et lors des accompagnements supervisés en intersessions) ;
- Evaluation du « Livret du Praticien TOP » ;
- Evaluation pédagogique ;
- Rédaction d'un mémoire (mettant en avant l'intégration de la méthode TOP dans sa pratique professionnelle) ;
- Soutenance publique du mémoire avec Q/R.

Tout au long de la formation, l'implication des participants lors des exercices et mises en situations est évaluée et débriefée.

Un Certificat de Praticien TOP sera délivré aux stagiaires ayant satisfait aux exigences ci-dessus (sur la base de grilles d'évaluation : Acquis, En Cours d'Acquisition et Non Acquis à chaque évaluation, avec 100% d'Acquis ; si Acquis = 70% et En Cours d'Acquisition = 30% un rattrapage est proposé sous réserve de n'avoir aucun point éliminatoire).

DUREE DE LA FORMATION DE PRATICIEN : 277 heures

La durée totale de formation du Parcours de Praticien est de 307 h (30 h de Formation Initiale et 277 de formation Praticien).

PROGRAMME :

- 1 module de formation à distance : 9h (2h avant le début de la formation et 7h en intersessions) ;
- 6 modules répartis en 16 journées de 7h30 en présentiel : 120 h en 4 ou 8 sessions
- 1 module tutorat : 2h
- 1 module de travail personnel en intersession consigné dans le « livret du praticien »): 36 h
 - participation à un Groupe d'Entraînement Mutuel : 15h
 - supervision individuelle : 2h
 - supervision collective : 4h
 - accompagnement à la rédaction du mémoire par un directeur de mémoire : 15h
- 1 module d'entraînement personnel à distance (expérimentations personnelles et réalisation de séances sur « clients », restitutions dans le « livret du praticien ») : 110h

Module 1- Formation à distance répartie tout au long de la formation

- Documents sur les notions théoriques suivantes : stress, fatigue, sommeil, motivation, personnalités normales et pathologiques, communication,
- Notes de lectures sur la méthode TOP et dans des domaines apparentés ;
- Etudes et recherches sur la méthode TOP et dans des domaines apparentés.

Module 2- Consolider les connaissances de base développées lors de la formation initiale TOP (FI TOP)

- Etat des connaissances (notions théoriques, exercices pratiques, mises en situations, partage sur des situations vécues, analyse des pratiques) ;
- Les fondamentaux de la méthode TOP, approfondissement pour des praticiens TOP.

Module 3- Développer des compétences relationnelles et pédagogiques

- Disposer de notions de base sur les types de personnalités ;
- Savoir-faire : comment instaurer une relation empathique avec son (ses) interlocuteur(s) ;
- Posture du praticien TOP ;
- Savoir-être ;
- Savoir-faire pédagogique.

Module 4- La méthode TOP pour proposer des stratégies de gestion des différentes formes et niveaux de stress

- Rappel des définitions du stress et partage des méthodes personnelles mises en œuvre (vues en FI TOP) ;
- Comprendre les mécanismes d'adaptation en situation de stress ;
- Acquérir les techniques pour accompagner les personnes dans les différentes situations de stress.

Module 5- La méthode TOP pour proposer des stratégies de prévention et de gestion de la fatigue

- Rappel des connaissances et partage des méthodes personnelles mises en œuvre (vues en FI TOP) ;
- Approfondissement des capacités d'analyse de l'état de fatigue des personnes accompagnées ;
- Savoir proposer les techniques et approches ajustées en fonction des personnes et des situations.

Module 6 - La méthode TOP pour proposer des stratégies de développement et de soutien de la motivation

- Connaître les différents modèles et théories de motivation en lien avec la Méthode TOP ;
- Savoir analyser en situation la motivation et l'implication des personnes ;
- Savoir proposer des stratégies d'accompagnement en s'appuyant sur la méthode TOP.
-

Module 7 – Intégration de la méthode TOP dans sa pratique professionnelle

- Partager les différents champs d'application de la méthode ;
- Illustrer l'application par des cas concrets ;
- S'entraîner dans différents types de situations individuelles et collectives ;
- Construire son plan d'action et de progrès individualisé.

Module 8 : Tutorat

- Evaluation de la compréhension de la méthode TOP ;
- Approfondissement des connaissances ;
- Réponse aux questions.

Module 9 : Travail personnel en intersession

- Groupe d'Entraînement Mutuel ;
- Supervisions individuelles et collectives
- Rédaction du « Livret du Praticien TOP »
- Rédaction du mémoire et préparation de la soutenance.

Module 10 – Entraînement personnel à distance

- Expérimentations personnelles pour perfectionner sa « Boîte à outils TOP » personnelle développée lors de la formation Initiale TOP ;
- Réalisation de séances sur « clients » (après accord d'un formateur TOP)
- Restitutions dans le « livret du praticien »

TECHNIQUES ENSEIGNEES :

Etude des techniques sous « l'angle du praticien ». Apprendre à les enseigner et à les intégrer dans sa pratique de Praticien TOP.

- Météo TOP ;
- Balade Sensorielle ;
- Respiration Contrôlée ;
- Relaxations musculaire directe et indirecte, paradoxale, sensorielle, mentale, R3P ;
- Préparation Mentale de la Réussite et PMRv ;
- Répétition Mentale ;
- Pré-Activation Mentale ;
- Signe-Signal d'Ajustement Réflexe ;
- Renforcement Positif ;
- Dynamisation Psycho-Physiologique ;
- Régulation du niveau d'activation ;
- Contrôle émotionnel ;
- Zapping cognitivo-émotionnel ;

SUPERVISIONS

- Objectif : maintien des compétences
- Les praticiens TOP ont l'obligation de participer à 24 heures par an de supervisions collectives ou individuelles.

RECYCLAGE

- Objectif : maintien des compétences et suivi des évolutions de la méthode pour répondre aux attentes de leurs clients et stagiaires.
- Les Praticiens TOP ont l'obligation de se recycler tous les trois ans (8 heures).

FORMATEURS

Les intervenants sur cette formation sont tous des Spécialistes et Experts TOP certifiés et expérimentés ; ils sont supervisés tous les ans par les responsables pédagogiques de la société.

EVALUATION DE LA QUALITE DE LA FORMATION

Chaque module fait l'objet d'un débriefing avec le formateur, l'ensemble du parcours fait l'objet d'une évaluation à chaud et d'une évaluation à froid (questionnaires dans la semaine qui suit et 6 mois après la fin du parcours).