

2024 - 2025

# Formation en Constellations ACES®

15 MODULES DE 2 JOURS

YASMINE PITTET – FORMATRICE D'ADULTE - FACILITATRICE

## Table des matières

<b>Introduction contexte</b> .....	<b>2</b>
<b>Public cible</b> .....	<b>3</b>
<b>Nombre de participant</b> .....	<b>3</b>
<b>Conditions d'admissions et prérequis</b> .....	<b>3</b>
<b>Objectifs de la formation</b> .....	<b>3</b>
<b>Compétences visées</b> .....	<b>3</b>
<b>Contenu de la formation</b> .....	<b>4</b>
Module 1 – Introduction.....	4
Module 2 – ACES® Corps & Ecoute .....	4
Module 3 – Energie de vie, Peur et Colère.....	4
Module 4 – Figement, Réflèxes archaïques, Blessures de l'âme.....	5
Module 5 – Lien d'attachement.....	5
Module 7 – Les cycles et les boucles infinies .....	5
Module 8 – Entreprises et supervisions.....	6
Module 9 – L'Héritage et la loyauté.....	6
Module 10 – Médiurnité et Chamanisme.....	6
Module 11 – Énergie dans le corps, Peur et Colère .....	6
Module 12 – Le couple intérieur et extérieur.....	7
Modules immersifs.....	8
<b>Modalités pédagogiques</b> .....	<b>9</b>
Moyens pédagogiques et techniques .....	9
Méthodes pédagogiques .....	9
Modalités .....	9
<b>Durée de la formation</b> .....	<b>9</b>
<b>Lieu de la formation</b> .....	<b>9</b>
<b>Coût par participant</b> .....	<b>9</b>
<b>Appréciation et validation des compétences</b> .....	<b>10</b>
<b>Dates 2024 – 2025</b> .....	<b>10</b>
<b>Dates 2025 – 2026</b> .....	<b>10</b>

## Introduction contexte

En tant que thérapeute, qu'importe sa porte d'entrée, il arrive un moment où la sensation de « manque » survient.

Il se peut que nous cherchions un outil de type « couteau suisse », qui permet d'allier les aspects corporels, psychiques et spirituels.

L'approche thérapeutique « constellation familiale » est un outil qui pourrait s'approcher du couteau suisse, car il comporte tant l'émotionnel que le transgénérationnel et le spirituel, tout en s'appuyant sur la communication et les relations.

Bert Hellinger, son fondateur, a élaboré tout un protocole, riche et puissant. La formatrice, Alexandra Caymmi, chez qui j'ai été formée a fait évoluer les constellations familiales en constellation TSPI (Thérapie Systémique Phénoménologique Intégrative).

Après plus de 10 ans de pratique et de formation, je suis heureuse de vous proposer la formation en constellation « Approche Corporelle et Ecoute Systémique – ACES® ».

Cette formation sur 12 modules de 2 jours minimum et 3 obligatoires sur les thèmes « Conception, Gestation, Naissance », permet aux thérapeutes, éducateurs, coachs de se familiariser avec différents aspects des constellations familiales ACES®. Ce format se veut comme un accompagnement d'accompagnateur ; devenir guide de haute montagne ou de plongée requiert des connaissances et des compétences qui s'acquièrent par de la pratique et la connaissance de ses zones d'ombres et de lumières.

## Public cible

Tous les professionnels de la santé et de l'éducation avec un diplôme fédéral et plus de 3 ans d'expériences dans son domaine (avoir minimum 25 ans).  
Thérapeutes corporels, psycho-corporels, psychothérapeute, physiothérapeute, ostéopathes...

## Nombre de participant

4 minimum et 12 au maximum

## Conditions d'admissions et prérequis

Avoir déjà participé à des constellations familiales, un plus si vous en avez fait avec Yasmine Pittet.

Écrire une lettre d'intention qui permettra d'être un témoin du parcours de guide/facilitateur tout au long de la formation.

## Objectifs de la formation

A la fin de la formation, le facilitateur est capable de :

- Identifier le besoin du client et de proposer une synthèse de sa problématique pour « faire vivre la constellation » tant en groupe qu'en individuel,
- Créer et garantir un cadre de sécurité et d'éthique à ses clients tant en groupe qu'en individuel pendant et après la constellation,
- Choisir dans les outils des constellations, celui qui amènera l'énergie de Vie à circuler à nouveau dans le système de son client,
- D'écouter sans jugement, les retours, les besoins et les réalités de ses clients sans y projeter sa propre histoire.

## Compétences visées

A l'issu des 12 modules + 3, le facilitateur pourra :

- Proposer et animer des groupes de constellations ACES®
- Proposer et animer des consultations en individuel/couple/famille/en entreprise avec les outils ACES®
- Reconnaître un besoin de suivi derrière un trauma familiale et le proposer à ses clients
- Rediriger ses clients vers des professionnels adéquats si la problématique demande un suivi

## Contenu de la formation

La formation ACES® est proposée en 12 modules de 2 jours et 3 week-ends de travail en immersion.

Les 12 modules sont répartis sur 14 mois avec la possibilité de participer aux 3 week-ends de travail personnel sur ces 14 mois.

### Module 1 – Introduction

#### Jour 1

Théorie sur la constellation

Partage autour de nos expériences sur les relations systémiques

Notion de place, hiérarchie, création d'un système au sein du groupe

Pratique par des constellations

Cercle de parole

#### Jour 2

Création du champ d'énergie

Posture facilitateur, prendre une place de représentant/substitut

Pratique par des constellations

Pratique Travail du silence avec le champ énergétique et les notions des 2 jours

### Module 2 – ACES® Corps & Ecoute

#### Jour 1

Exercice d'écoute, tant corporel qu'auditif

Exercice de reformalisation

Exercice d'écoute intérieur pendant une écoute extérieur

Pratique par des constellations

#### Jour 2

Théorie sur le système nerveux, les cellules miroirs

Pratique par des constellations

Traduction de paroles en émotion et en besoin par le corps

Cercle de parole

### Module 3 – Energie de vie, Peur et Colère

#### Jour 1

Théorie sur le développement psycho-moteur de l'enfant, de la conception à l'âge adulte, les étapes clefs, les réflexes archaïques

Mise en situation et exercices corporels pour stimuler le système parasympathique

Pratique par des constellations

Travail personnel autour de Sa colère et Sa peur avec les figurines et son énergie de vie (sexualité).

#### Jour 2

La communication dansée

Pratique par des constellations

Cercle de parole

## Module 4 – Figement, Réflèxes archaïques, Blessures de l'âme

### Jour 1

Suite sur les réflexes archaïques et le système limbique (émotions, mémoires et odeurs)

Introduction avec des Huiles Essentielles soutenantes

Théorie sur les blessures de l'âme

Pratique par des constellations

Cercle de parole

### Jour 2

Début des constellations par les participants

Suite des constellations avec figurines

Cercle de parole

## Module 5 – Lien d'attachement

### Jour 1

Suite de la théorie sur le développement psycho-affectif du nouveau-né à l'âge adulte.

Exercice personnel sur les mouvements interrompus dans sa propre vie.

Pratique par des constellations

Cercle de parole

### Jour 2

Constellation individuelle de chacun en lien avec le lien d'attachement

Constellation sur un thème commun (introduction au module 7)

## Module 6 - Médiumnité et Chamanisme L'Energie d'Amour

### Jour 1

Ateliers créatifs

### Jour 2

Ateliers créatifs

## Module 7 – Les cycles et les boucles infinies

### Jour 1

Travail autour de ses propres cycles, boucles et répétitions depuis la date du jour.

Constellations autour de ses propres répétitions.

Constellation autour d'un thème commun

### Jour 2

Suite des constellations individuelles en thème commun.

Cercle de parole

## Module 8 – Entreprises et supervisions

### Jour 1

Théorie de la systémique d'entreprise.

Constellation sur des situations en entreprises :

- en groupe
- avec les figurines

### Jour 2

Constellation de supervisions.

Suite des constellations, réponses aux questions

Cercle de parole

## Module 9 – L'Héritage et la loyauté

### Jour 1

Travail autour de ses croyances, les histoires racontées et les histoires que je me raconte.

Écoute de nos légendes familiales.

Constellation autour de ses légendes, que se cache-t-il derrière ?

### Jour 2

Suite par des constellations en sous-groupe (avec figurine ou/et en groupe)

Cercle de parole

## Module 10 – Médiumnité et Chamanisme

### Jour 1

Le choix des paroles et des musiques

Exercices d'ouverture et d'écoute

Ateliers créatifs

### Jour 2

Constellation en groupe et individuel par les participants

Voyage chamanique au tambour à la rencontre de son animal

Cercle de parole

## Module 11 – Énergie dans le corps, Peur et Colère

### Jour 1

Suite théorie sur le système nerveux.

Exercice pour le réguler, écoute du système nerveux, les signes extérieurs en constellations

Constellations

### Jour 2

Suite des exercices pour réguler le système nerveux

Constellations

## Module 12 – Le couple intérieur et extérieur

### Jour 1

La danse en couple

Constellations

### Jour 2

La danse en couple

Constellations

Cercle de parole

***Action&Equilibre s'autorise à modifier en cours de formation l'ordre des modules en fonction du groupe et de ses besoins.***

## Modules immersifs

### Jour 1 et Jour 2 - La conception

Nos âmes ont un projet de vie (selon certaines croyances).  
Et elles ont besoin de l'énergie de Vie pour s'ancrer dans la matière.  
L'énergie qu'elle rencontre au travers de nos parents fait partie de notre histoire et peut déjà contraindre ou faciliter notre propre énergie.  
Nous pouvons retourner vers cette énergie, cette rencontre pour renouer avec sa pulsion de vie.  
Pour sûr, si je suis là, c'est que l'énergie a été présente.  
Suis-je encore connectée à celle-ci ?

### Jour 1 et Jour 2 – La gestation

La vie intra-utérine et ses mystères en lien avec l'environnement (mon histoire dans l'Histoire), les saisons durant lesquels j'ai été « dans l'enceinte ».  
Notre monde sensoriel se construit déjà lors de la gestation.  
Nous parcourons nos sens et notre sensorialité avec toute l'intensité que celle-ci comporte, toujours en lien avec notre énergie de Vie.  
Ce monde sensoriel est notre premier dialogue avec nous-même pendant que se construit un autre dialogue, celui que j'ai avec « mon enceinte ».

### Jour 1 et Jour 2 – La naissance

Et il arrive ce moment, où la Vie sait qu'un grand changement va se produire.  
Comme une traversée inconnue vers l'inconnu.  
Un stress hormonal, des contraintes physiques, une volonté de vivre, une force qui elle aussi peut être contrainte ou facilitée.  
Entre le projet de « l'enceinte » et notre propre projet, mon histoire est contrainte ou accélérée.  
La naissance est aussi la rencontre avec la gravité terrestre et l'accueil que je reçois à ce moment-là.

## Modalités pédagogiques

### Moyens pédagogiques et techniques

Vidéo projection, tapis de pratique, hamac, chaises, chevalet de conférence, support de formation électronique et papier.

### Méthodes pédagogiques

La formation proposée fait appel à différentes méthodes pédagogiques qui ont toutes leur utilité en fonction des modules considérés. Les méthodes sont :

- découvrir
- interroger
- démontrer
- expérimenter
- partager

### Modalités

La formation ACES® est proposée en 12 modules de 2 jours et 3 week-ends de travail en immersion.

Les 12 modules sont répartis sur 14 mois avec la possibilité de participer aux 3 week-ends de travail personnel sur ces 14 mois.

La formation complète permet d'acquérir la théorie et la pratique nécessaire à la mise en place de constellation en groupe et en individuel, tant en cabinet privée qu'en entreprise par exemple. Ainsi les participants pratiquent pendant la formation et entre les modules de formation, entre eux et dès le module 8 en constituant des groupes (en participation aux frais de location de salle).

## Durée de la formation

### *Durée totale*

30 jours soit 210 heures de formation en présentiel et un minimum de 50 heures de travail personnel

### *Aménagement de la formation*

Les modules 1 à 3 sont des prérequis pour les autres modules. Les modules 4 à 12 peuvent se faire dans l'ordre que le participant choisit sur plusieurs années.

## Lieu de la formation

Action & Equilibre, Rue Hugo-de-Senger 10, 1205 Genève

Pour les ateliers créatifs, le lieu sera communiqué lors du début de la formation.

## Coût par participant

Module 1 à 12 : CHF 390.- par 2 jours, à payer au plus tard 15 jours avant la date du module  
Montant des 12 modules CHF 4680.-

Le repas peut être inclus dedans, soit CHF 50.- par 2 jours repas et collations inclus.

Module immersif : CHF 390.- par 2 jours, repas inclus, à payer au plus tard 15 jours avant la date du week-end.

Montant des modules immersifs : CHF 1170.-

Montant total des 12 + 3 : CHF 5850.- sans les repas.

## Appréciation et validation des compétences

A la fin des 12 modules + 3 et de la rédaction d'un rapport sur son propre parcours, le facilitateur est reconnu avec le label ACES® et peut proposer des constellations sous cette appellation.

Il fera partie de la liste des facilitateurs. Il est fortement recommandé pour maintenir ce label, de participer au minimum tous les 2 ans à un des modules ACES® et de faire une supervision par année.

## Dates 2024 – 2025

Samedi 09h00 – 18h00 avec 1h de pause repas

Dimanche 09h00 – 16h00 avec 1h de pause repas

Module 1 : 21 et 22 septembre

Module 2 : 19 et 20 octobre (début vacances scolaire GE)

Module 3 : 16 et 17 novembre

Module 4 : 14 et 15 décembre

Module 5 : 25 et 26 janvier 2025

Module 6 : 22 et 23 février 2025 (début vacances février GE)

Module 7 : 22 et 23 mars 2025

*Conception : 5 et 6 avril 2025*

Module 8 : 3 et 4 mai 2025

Module 9 : 14 et 15 juin 2025

*Gestation : 28 et 29 juin 2025*

Module 10 : 23 et 24 août 2025

*Naissance : 20 et 21 septembre 2025*

Module 11 : 18 et 19 octobre 2025

Module 12 : 15 et 16 novembre 2025

## Dates 2025 – 2026

Module 1 : 8 et 9 février 2025

Module 2 : 15 et 16 mars 2025

Module 3 : 26 et 27 avril 2025

Module 4 : septembre 2025

Module 5 : décembre 2025

Module 6 : février 2026

*Conception : avril 2026*

*Gestation : juin 2026*

*Naissance : septembre 2026*