

Formation à la facilitation du travail qui relie, en sécurité psychologique et relationnelle

“Le travail qui relie, faut que ça devienne incontournable!”
G, psychologue, participant du travail qui relie



La spirale du travail qui relie...



Vous avez adoré le processus du travail qui relie?
Vous voulez vous former pour transmettre cette magnifique approche?

Ca n'est pas obligatoire...

Et c'est aussi absolument essentiel!

Le travail qui relie permet d'aller loin dans les émotions vis à vis de l'état du monde, du vivant, et plus nous allons loin, plus nous pouvons être en contact avec des deuils, des traumatismes, des oppressions... Donc plus il y a besoin d'être formé à accueillir cela, en soi et chez les participant.es des ateliers.

C'est la proposition d'allier la spirale à la sécurité psychologique et relationnelle, pour mieux accompagner les participant.es des ateliers.

En permaculture, le compagnonnage de certaines plantes allélopathiques, leur association entre elles, leur permet de mieux se développer. Depuis ma rencontre avec le travail qui relie en 2019, de par toutes les observations que j'ai faites et tous les retours d'expérience offerts par de multiples personnes, je constate que la graine de spirale se développe beaucoup mieux lorsqu'elle est associée à des graines de sécurité psychologique et relationnelle, graines qui manquent à notre société actuelle et à trop de collectifs autant que la graine de spirale...

Philosophie de la formation

Le travail qui relie est un processus qui propose de développer la reliance à soi, aux autres êtres humains, aux autres êtres vivants, et à plus grand, pour retrouver de l'énergie face à l'état du monde et agir pour le vivant...

C'est une des rares approches qui fasse trait d'union entre des domaines habituellement éloignés, séparés, opposés, voire clivés: psychologie-sociologie, spiritualité-politique, action-intériorité... Il amène donc, de manière tout à fait logique, des appétences, des appréhensions, des résistances, qui demandent à être prises en compte pour permettre une pleine intégration de la spirale en soi. Ce qui est facilité par un accompagnement de l'être humain et du groupe de participant.es, d'autant plus, vu l'époque actuelle de crises successives qui fragilisent de nombreuses personnes et de nombreux collectifs.

Il serait dommage d'oublier à quel point, nous les êtres humains, on a aussi besoin de se relier les un.es aux autres, et de ne retenir que le côté reliance au vivant. La reliance aux autres est souvent complexe, elle ne se passe pas d'un coup de baguette magique, mais en mettant en place des pratiques et des outils adéquats.

Le processus du travail qui relie est tellement puissant, que dans notre société (polytraumatisée et clivée) et notre culture, il nécessite un accompagnement. Le niveau général d'insécurité intérieure, de blessures relationnelles et d'insécurité relationnelle, demande un "prendre soin", un « care », qui va bien au-delà de « juste » faciliter un processus.

Il s'agit d'un changement de paradigme, de passer du "cure", ou de la résolution de problèmes, au "care", au prendre soin.
Prendre soin du vivant en soi,
prendre soin du vivant humain,
prendre soin du vivant autre qu'humain,
prendre soin des grands cycles du vivant.
Prendre soin de nos relations,
de nos reliesances,
de nos interdépendances,
de la grande toile du vivant...



Témoignages de sécurité psychologique et relationnelle de participant.es des ateliers :

“ Je me suis sentie à ma place, ce qui n'est pas souvent le cas dans les collectifs.”

“J'ai pu m'exprimer, ce que je fais rarement, avec des personnes qui écoutent, sans aucun jugement.”

“J'avais quelque chose de très abîmé, ma confiance dans les relations et les collectifs... Ici j'ai pu retrouver de l'apaisement.”

“Ca faisait très longtemps que je m'étais pas sentie à ma place avec des humains...”

“Je redécouvre l'envie d'aimer les êtres humains”

4 modules de formation

Quatre saisons, 4 grandes thématiques,
pour cette formation:

- Automne: accompagner un être humain,
- Hiver: accompagner un groupe,
- Printemps: comment jaillit le travail qui relie: contexte historique, écosystémique, et pratique des ateliers du travail qui relie,
- Été: faire rayonner et faciliter le travail qui relie.

Le programme est amené à évoluer avec le vivant, les demandes, priorités et besoins des participant.es.



Dates et organisation de la formation:

4 modules de 5 jours : en présence de la forêt, de la rivière et du bocage, entre Nantes et Redon. Le reste en visio.

- module automne : Accompagner un être humain: du 24 au 28 novembre 2025
- intersession 2H visio en novembre
- intersession 2H visio en décembre
- intersession 2H visio en janvier

- module hiver : Accompagner un groupe: du 19 au 23 janvier 2026
- intersession 2H visio début février
- intersession 2H visio fin février
- intersession 2H visio début mars

- module printemps : Comment jaillit le travail qui relie: du 9 au 13 mars 2026
- intersession 2H visio fin mars
- intersession 2H visio avril
- intersession 2H visio mai

- module été : Faciliter le travail qui relie: du 1 au 5 juin 2026
- intervention 2H visio juin
- intervention 2H visio août/septembre

Programme des intersessions : réflexivité sur le module de la saison, questions et approfondissement, partages et échanges sur les lectures et vidéos recommandées, préparation de l'atelier de juin, présentation des fiches de synthèse sur le module, préparation du module suivant...

Intervisions: temps de réflexivité sur le déroulé des ateliers, les difficultés rencontrées, les questionnements...

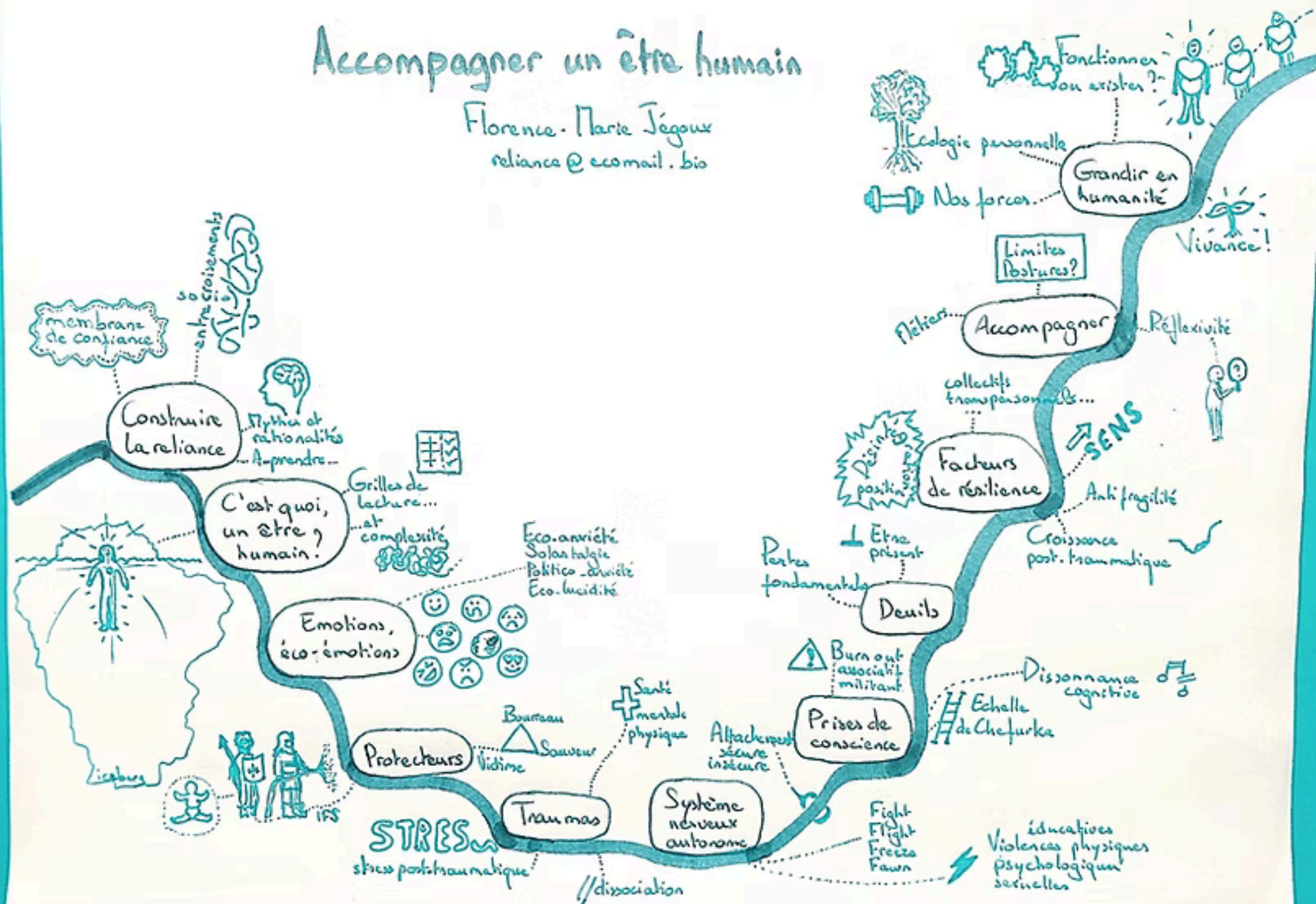


Module Automne: descendre en intériorité, accompagner un être humain

Aller voir plus précisément ce qu'est un être humain....
Prendre ce temps d'exploration rarement pris: les
émotions, les traumatismes, le système nerveux, les deuils,
la conscience des choses, et tout ce qui peut nous
faire grandir en humanité...

Accompagner un être humain

Florence Marie Jégoux
reliance @ eco mail . bio



Module Hiver: explorer nos zones aveugles, accompagner un groupe

Aller voir plus clairement ce qu'est un groupe....
Autant dans ses difficultés que dans ses forces...
Identifier nos identités et altérités, les oppressions
systémiques et nos positionnements, le
fonctionnement des collectifs, le pouvoir et les
conflits, et toute la beauté des collectifs...

Accompagner un groupe

Florence - Marie Jégoux
reliance@ecomail.bio

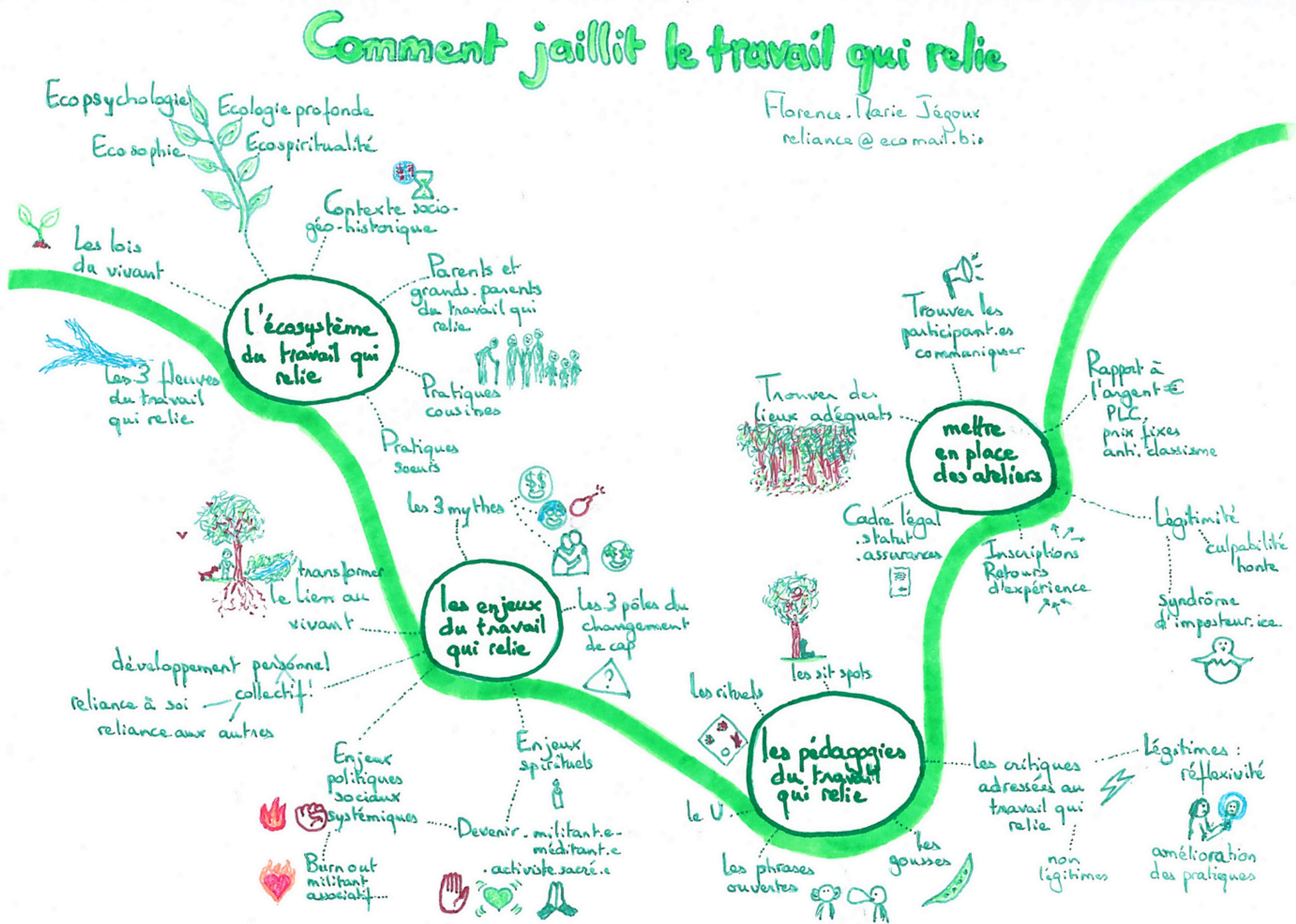


Module Printemps: la force de la sève: Comment jaillit le travail qui relie: contexte socio-géo-historique, écosystémique, et pratique des ateliers

D'où vient le travail qui relie? Quel est son écosystème? Ses enjeux? Ses pédagogies?

Souvent on sait que Joanna Macy en est à l'origine, mais on connaît moins les autres parents et grands-parents du travail qui relie...

Et puis apprendre à mettre en place un atelier, concrètement...



Module Été: Faire rayonner le vivant

Faciliter le travail qui relie

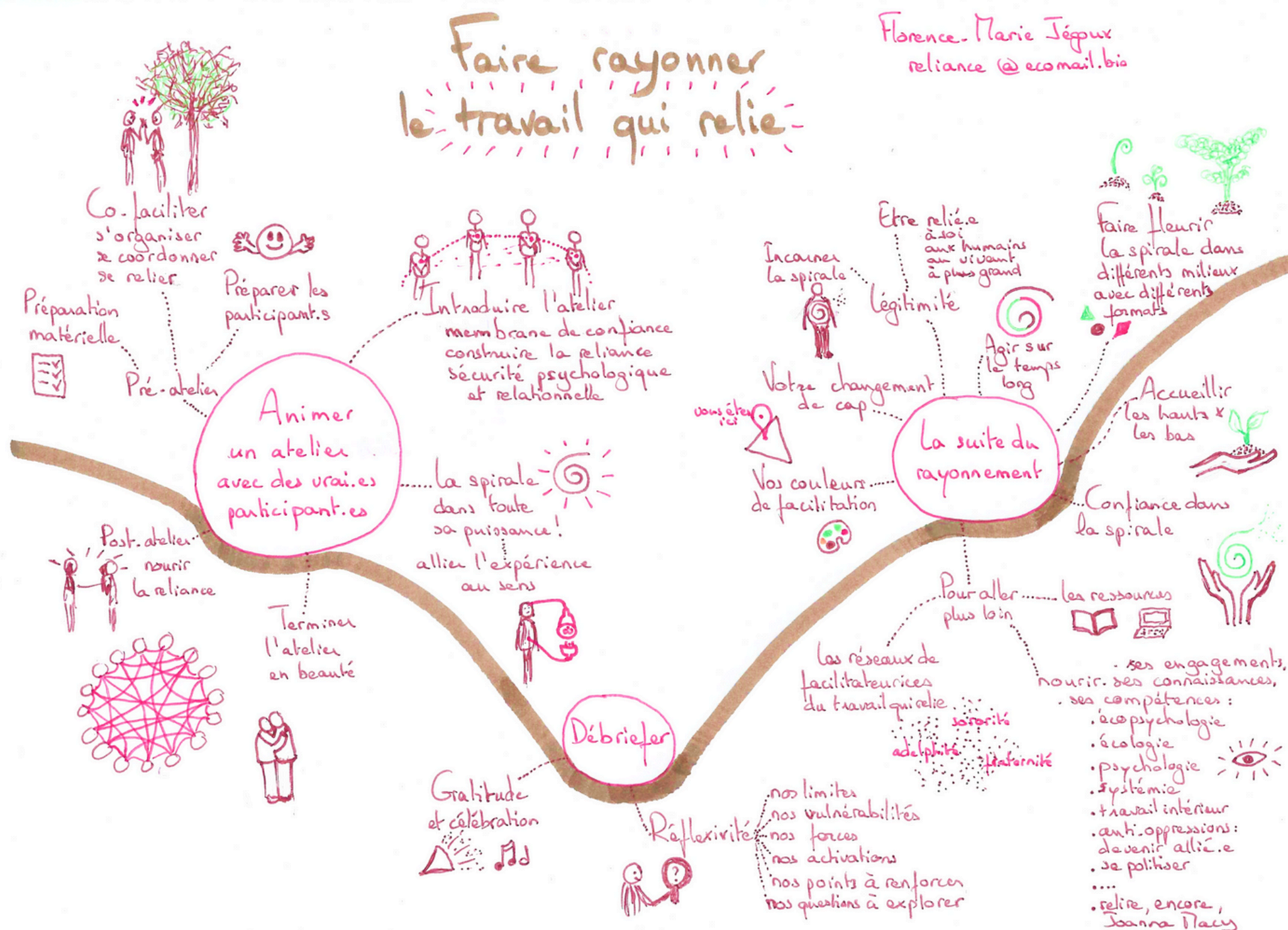
Est-ce qu'on anime des exercices ou un atelier? Entre futur.es facilitateur.es ou avec de vrai.es participant.es, qui ne connaissent pas le travail qui relie?

Dans ce cas, il y a tout à expliquer... Option choisie et validée!!!

Faciliter le travail qui relie, de A jusque Z...

Et développer en profondeur sa réflexivité!

Enfin, prévoir la suite de la reliance, à tous niveaux...



Aspects pratiques

Orientations pédagogiques:

Pratique : selon les méthodes du travail qui relie, expérientielles: beaucoup d'échanges en phrases ouvertes, sit spot quotidien, dynamiques individuelles, duelles, collectives...

Théorie : lectures partagées et arpentages, échanges, recherches, apports magistraux spécifiques.

Petit groupe de maximum 8 personnes.

Objectif pédagogique:

Etre en capacité d'accompagner le travail qui relie dans un maximum de sécurité psychologique et relationnelle

Informations logistiques

Lieu de la formation: Loire Atlantique, 45 km de Nantes

Hébergement: selon vos envies: camping ou gîte selon la saison (18€/ nuit à confirmer en chambre double à 10 km)

Repas en auto-organisation, le mercredi à la cantine locale (la Distri: tiers lieu associatif, librairie-garage-cantine)

Investissement:

4x5 journées de formation = 20 jours de formation = 140h de formation.
Intersessions et intervisions = 20h de formation

Travail personnel hors des sessions à prévoir

Investissement en tant que particulier.e: 2111€ total pour 160h et 24 jours de formation. Payable en plusieurs fois.

Tarif en sortie du système capitaliste: me contacter.

Tarif entreprise, organisme: me contacter.



Crédits photos
Beauty from Samsara

Pré-requis

Des prérequis pour débiter cette formation en novembre:

- avoir vécu deux ateliers du travail qui relie d'au moins 2 jours (spirale sur 2 jours), dont un atelier avec Florence-Marie et si possible, un atelier avec d'autres personnes que Florence-Marie. Ce 2e atelier pourra se faire dans les premiers temps de la formation.

- avoir fait un stage de deux jours de premiers secours en santé mentale ou tout autre équivalent, AVANT le début de la formation,

- avoir lu :

- les deux livres traduits en français de Joanna Macy: "Espérance en mouvement", "Ecopsychologie pratique et rituels pour la terre",
- les trois tomes de "Emotions, enquête et mode d'emploi" de Art-Mella,
- le livre de Camille Teste, "Politiser le bien-être".

- avoir eu un temps d'échange en visio avec Florence-Marie et Ebene



Est-ce que c'est une formation pour vous?

Cette formation n'est pas pour vous si:

- vous voulez une baguette magique pour faciliter le travail qui relie sans remise en question, sans travail personnel,
- vous cherchez juste à vous entraîner à faciliter le travail qui relie, (la pratique pure de la facilitation, c'est en juin)
- vous ne voulez pas faire de théorie: il y aura plein d'exercices pratiques, expérientiels, mais aussi de la théorie...
- vous n'avez pas assez de disponibilité pour vous investir dans une formation où il y a des émotions... Il y a les 4 semaines sur place, avec du travail émotionnel et aussi du travail personnel.
- vous voulez une formation certifiée: Joanna et ses collègues n'ont pas voulu certifier le travail qui relie: c'est lui laisser son côté organique, vivant, ne pas l'enfermer dans un cadre rigide, le laisser ouvert à notre créativité et biodiversité humaine!!

Bienvenue à vous tel.le que vous êtes, quel que soit votre niveau d'études, de militantisme, etc, si:

- vous avez envie d'apprendre, d'approfondir (lectures entre les modules, travail d'approfondissement...)
- vous avez conscience des enjeux sous-jacents d'une approche aussi profonde que le travail qui relie,
- les dynamiques de soin relationnel, émotionnel, et de reliance à tous les niveaux de l'être vous attirent...
- vous voulez limiter les risques de dérégulation d'un groupe, et de décompensation d'un être humain,
- vous avez envie de vous engager dans une formation globale et nourrissante, qui développera votre humanité, et votre capacité à accompagner celle des autres,
- vous avez adoré le travail qui relie et vous brûlez de l'animer, et aussi de prendre soin des vivants humains!



Formation animée par Florence-Marie Jégoux, militante du care et de la reliance

Ancienne infirmière, pilote, aiguilleuse du ciel, analyste de risques, elle est spécialiste en psychologie cognitive et psychologie sociale, formatrice facilitatrice sur le « PFH », le fonctionnement humain et organisationnel depuis 2009. Elle est conceptrice de formations depuis 2010 (elle adore concevoir des formations et les animer!!), coach formée en systémie depuis 2014, elle pratique la communication non violente, et donne de nombreuses conférences sur la sécurité psychologique. Elle est aussi secouriste en santé mentale.

Elle aime être un trait d'union entre psychologie et sociologie, spiritualité et Politique, individuel et collectif, poésie et neurosciences, intériorité et engagement dans le monde...

Elle est tombée dans l'écologie en 2017, puis la collapsologie suite à un voyage avec Loire... Elle est devenue militante Greenpeace puis XR. Quand elle a découvert l'écopsychologie, elle a trouvé sa place pour la co-construction du monde de demain! Elle s'est formée en 2020 comme facilitatrice du travail qui relie, avec Claire Carré, dans la lignée de Joanna Macy.

Florence-Marie fait partie du Réseau des professionnels de l'Accompagnement Face à l'Urgence Ecologique (elle est actuellement représentante du RAFUE, et a participé à la création du cercle de pratique du travail qui relie). Elle fait aussi partie de l'Association Francophone d'ECOPsychologie.

Pour bifurquer et quitter le système destructeur du vivant, elle est devenue psychopraticienne et exerce comme thérapeute en intelligence relationnelle (thérapie des traumatismes, système nerveux: théorie polyvagale, IFS et attachement).

Elle anime des groupes de parole sur les éco-émotions, des fresques (biodiversité, nouveaux récits, résistances) Elle est activiste et bénévole pour plusieurs collectifs militants et activistes co-constructeurs d'un monde respectueux du vivant... Greenpeace, XR, Alternatiba, les désert'heureuses, les Soulèvements de la Terre, la décroissance...

Elle développe aussi des ateliers sur la prévention du burn out militant, et fait partie d'un groupe de soin militant. Elle continue de se former aux inégalités et systèmes d'oppression. Elle s'enforeste et habite au milieu de « la forêt qui pousse », toutes ces initiatives pour le vivant, pour le changement de cap...



Pour cette formation, Florence-Marie sera assistée par Ebène l'Adelphe:

De sang mêlé d'Afrique, d'Asie et d'Europe, Ebène a grandi en banlieue parisienne dans une famille aisée assimilée et apprend à naviguer son métissage de couleur, de genre, d'espèce... À 14 ans, iel part à Hong Kong en quête de réponses à des tas de questions qu'iel se pose au petit-déjeuner comme... les origines de la violence politique, les causes de la dissociation écologique et sociale, ou encore les conditions du sentiment d'appartenance 🤔 De retour en France, iel rejoint d'abord une liste citoyenne écologique pour les municipales et le mouvement des Jeunes Ecolos, puis part finalement explorer des associations militantes et des tiers lieux. C'est ainsi qu'iel développe une conscience écologique radicale qui prend en compte les émotions, les identités marginales, les héritages coloniaux et combat toute forme d'oppression. Une écologie queerféministe, décoloniale, antispéciste... tout en continuant à prendre l'avion entre le Canada et l'Afrique du Sud parce qu'iel n'a pas (encore) résolu ce problème de race.ines...

Ebène s'ancre tout de même avec la création d'un habitat collectif en Seine et Marne incluant permaculture, pratiques artistiques, accueil de collectifs militants...et d'ateliers de Travail qui Relie bien-sûr ! Iel a de la chance car ce lieu est à côté du Campus de la Transition, de la Caserne Bascule et d'autres bébés écolieux qui en ce moment, poussent comme des champignons dans la campagne du 77.

Formé-e au Travail Qui Relie auprès de Florence-Marie cette année, iel structure son activité professionnelle autour d'accompagnement à la narration de soi comme pratique de soin, et la création d'espaces intimes et politiques pour soigner nos traumatismes historiques collectifs qui déchantent dans le présent. Cette formation lui a permis de développer sa posture de facilitation en sécurité psychologique, de cultiver la reconnaissance des émotions dans le corps, et surtout de se relier à cette chose incroyable qu'est la trace du vivant qui danse en nous-même.



Témoignages de la formation

Lucie: La proposition de Florence-Marie de cheminer avec les saisons et sur un temps long, nous a permis d'enrichir considérablement la formation. L'approche mettant l'accent sur la sécurité psychologique et relationnelle est selon moi indispensable pour adopter la juste posture de facilitatrice de travail qui relie. Florence Marie se nourrit de toutes ses expériences précédentes, innombrables lectures, et met toute son expertise pour nous accompagner dans ce voyage humain. La formation est très expérientielle, et permet de grandir et d'approfondir les enseignements et la pratique du travail qui relie. Je me sens équipée pour faciliter des ateliers, mais aussi pour construire des relations plus riches de façon générale. Si vous aussi vous ressentez cet appel du cœur, n'hésitez pas!

Flora: Déjà formé-e à la facilitation de divers outils, j'ai suivi la formation proposée par Florence-Marie avec pour objectif d'approfondir ma posture de facilitation... et je suis comblé-e !

Florence-Marie propose une formation extrêmement riche et intense ; les compétences, connaissances et références bibliographiques qu'elle a à transmettre sont innombrables, et elle transmet tout cela avec passion, engagement et réflexivité. Elle incarne parfaitement le Travail qui relie et prend soin d'elle, du groupe et de chaque personne.

En suivant sa formation, vous vous engagez dans LA formation à la facilitation du Travail qui relie la plus complète en France, incluant des transmissions sur des sujets comme la théorie polyvagale, les traumas, les oppressions systémiques (...) indispensables à prendre en compte pour ouvrir des espaces de confiance et de sécurité.

Au-delà du Travail qui relie, vous repartirez de cette formation avec des connaissances et des outils qui vous serviront dans tous les cadres de facilitation et d'animation de groupe.

Je me suis senti hyper bien, il y avait de la profondeur, de l'enthousiasme, de la sécurité, j'ai pas ressenti ça dans les autres formations.

Mon Graal, c'est d'arriver à être plus dans la joie, et je l'ai touché ici.

Tu nous as jamais mis la pression, c'était très doux... Ça va nous nourrir pendant plusieurs années...

La réflexivité, je kiffe!!

J'ai l'impression de grandir avec vous...

C'est tellement riche j'ai pas encore fait tout le tour. Merci de tout l'amour et ce soin qui a été mis dans cette transmission...

C'est vraiment puissant tout ce travail de reliance, c'est rare que je puisse me sentir aussi bien dans un groupe.

C'est la formation la plus humaniste que j'ai jamais faite, et j'en ai fait un sacré paquet...

C'est la première fois où je me suis senti vraiment accueilli, tel que j'étais...

Il y avait énormément de soin dans la formation... Ca va bien au-delà d'une formation...

On devrait apprendre tout ça à l'école!!



Témoignages de la formation

Marie-Laure: Cette formation a été pour moi hyper enrichissante et nourrissante à tous les niveaux : tête, coeur, corps ! Ce fut une expérience de reliance très forte, avec moi-même, avec les autres apprenti.es et avec toi Flo-Ma ; et aussi avec le vivant, le monde ...

Tout ce voyage a profondément fait sens pour moi et m'a apporté à la fois de nouvelles connaissances, plus de légitimité, une confirmation de mon choix à m'orienter dans une nouvelle voie qui inclut désormais le Travail qui Relie, comme outil de reliance contribuant au changement de cap et de paradigme. Je me suis sentie en sécurité très rapidement et ça c'est un vrai cadeau, qui m'a permis de me sentir bien dans le groupe tout au long de la formation et aussi d'avoir les clés pour mettre en place un cadre de sécurité relationnelle et psychologique dans un groupe.

Florence-Marie est très pédagogue, d'une profonde humanité, rayonnante et généreuse, et sa formation est d'une grande qualité. La richesse de cette formation vient notamment de la richesse de ses expériences professionnelles et personnelles qu'elle partage avec beaucoup d'humilité, d'authenticité et de transparence.

Cette année de formation a été pour moi une expérience de vie, de partages, de connection profonde à soi, entre humain.es et avec le vivant. Les sit spot quotidiens pendant les 4 semaines ont été d'un grand soutien et chargés de sens.

On ne cherche pas à être parfait.es mais à être humain.es en faisant avec le vivant !

Ninon: cette formation est transformatrice. tant par le fond d'une grande abondance, que par la forme douce et enveloppante, que par la posture de la formtrice d'une grande intelligence relationnelle.

Les enjeux de sécurité relationnelle devraient être appréhendés par tous les facilitateurices.

Je ressens qu'il y a quelque chose de solide qui s'est intégré en moi durant le stage.
2 jours de débrief, quelle pépite!!

Ma vision du travail qui relie est passée d'un schéma sur un livre à une incarnation dans mon corps, mon coeur, mon mental, mon énergie!!

Je sens que ce moment va représenter dans mon parcours un moment repère...



Bientôt vous?



Formation à la facilitation du travail qui relie, en sécurité psychologique et relationnelle

Vous êtes partant.e pour l'aventure?

Voici le processus d'inscription:

- mail à Florence-Marie pour vos questions et recevoir le dossier d'inscription à renvoyer : reliance@ecomail.bio
- entretien en visio avec Ebene et Florence-Marie de septembre à novembre

Début de la formation le 24 novembre 2025!!!



Bienvenue avec nous dans la reliance!!! Pour essayer le travail qui relie!!

