

# Formation à la Théorie de l'attachement en Parentalité

Partie 1 : Comprendre – Partie 2 : Agir – 100% en distanciel



## Contexte – Comprendre la Théorie de l'Attachement

### Qu'est-ce que la Théorie de l'Attachement ?

Formulée et définie par John Bowlby, la théorie de l'attachement est un domaine vaste de la psychologie qui couvre de multiples aspects de la vie et du développement des humains. Peu connue en Europe, elle constitue en Amérique du Nord, le socle des politiques d'accompagnement de l'enfant.

La Théorie de l'Attachement porte son attention sur les liens et les relations que les gens construisent, notamment le lien parent-enfant pendant la petite enfance, la façon dont les adultes répondent aux demandes de l'enfant et explique leur impact sur le cycle de vie, la santé physique et mentale, la représentation du monde et les défis et opportunités qui sont plus susceptibles de jalonner la vie d'une personne, que ce soit dans son rôle d'ami, de travailleur, de parent, de conjoint ou de partenaire dans un couple.

## Comment le style d'attachement façonne les comportements

Les comportements humains sont largement façonnés par notre environnement et:

- **notre représentation de nous-mêmes,**
- **notre représentation des autres,**
- **notre représentation du monde,**
- **notre tempérament**

Ces 4 ingrédients de notre personnalité sont le résultat des relations précoces que nous établissons dans notre enfance qui ont elles-mêmes influencé notre style d'attachement (sécurisant, insécurisant, notamment). Pendant toute notre vie, ils vont orienter nos comportements (rapprochement/distanciation, soumission/domination, exploration/repli...) et déterminer les atouts et faiblesses qui seront à l'origine de nos souffrances, nos joies, nos succès et nos échecs à tout âge.

Heureusement, l'incroyable plasticité cérébrale du cerveau humain ouvre des opportunités de résilience, de changement et de progrès sur plusieurs décennies. Il n'est donc pas jamais trop tard pour accompagner un parent en souffrance qui se confronte à l'adversité que produit ses schémas et patterns relationnels.

## Pourquoi se former à la Théorie de l'attachement ?

Au cours de la dernière décennie, la recherche scientifique a montré que le style d'attachement sécurisant est le meilleur prédicteur du bien-être présent et futur d'un individu dans tous les domaines de sa vie.

Cependant la Théorie de l'Attachement a encore besoin d'être mieux connue des parents, éducateurs et enseignants.

Une formation spécifique sur la Théorie de l'Attachement permet de mieux comprendre et appréhender le fonctionnement des parents rencontrés et de l'expliquer au public.

De plus, les accompagnants parentaux qui détiennent des clés d'actions concrètes pour améliorer la sensibilité parentale, la compréhension et le soutien mutuel, la chaleur et le plaisir au sein du foyer produisent des effets à long-terme sur le bien-être des familles qu'ils accompagnent.

**La formation en Attachement de l'École des Formations Positives permet d'agir en réunissant les conditions d'un attachement sécurisant entre l'enfant et son parent et remet entre vos mains des outils d'intervention à la fois simples et efficaces, développés pour l'accompagnement à la parentalité.**

## Les deux formations proposées par l'École des Formations Positives

**Nous vous proposons 2 formations complémentaires et consécutives sur la Théorie de l'Attachement :**

- **Formation 1 : Comprendre et intégrer la Théorie de l'attachement** afin de mieux appréhender la réalité et les blocages que les parents peuvent rencontrer dans la relation avec leur enfant et dans l'accomplissement de leur tâche éducative.
- **Formation 2 : Détenir des outils d'intervention dédiés afin d'agir sur l'attachement** par le biais de la sensibilité parentale, et de l'apaisement de la réactivité du parent.

# Formation 1: Comprendre et intégrer la Théorie de l'attachement



## Objectifs pédagogiques :

- Connaître les concepts et idées associés à la Théorie de l'attachement, être en mesure d'y faire référence et de les transmettre à un public de parents, d'éducateurs ou d'enseignants.
- Reconnaître les signes et comportements de l'enfant lors de l'activation et la désactivation de son attachement.
- Faire le liens entre les interactions et réponses offerts par la figure d'attachement et la construction des patterns relationnels de l'enfant, de ses représentations de lui, des autres, du monde et de ses réponses comportementales.
- Connaître les styles d'attachement et leur évolution au cours de la vie d'un individu de sa petite enfance à l'âge adulte dans ses rôles d'enfant, de parent et de partenaire de couple.
- Approcher l'impact et les enjeux du lien d'attachement sur la santé physique, mentale, professionnelle, économique et sociale des individus.
- Mieux approcher les difficultés éducatives et les défis de l'accompagnement du parent insécure avec l'éducation positive et développer la posture adéquate afin de nourrir le désir de changer.

## Public et prérequis

La formation est ouverte à tous, sous réserve de parler et écrire français couramment.

Elle peut être suivie par un parent ou s'inscrire dans la perspective d'une professionnalisation dans l'accompagnement des parents, prenant particulièrement en compte l'attachement.

## Modalités pédagogiques :

- La formation **Connaître et intégrer la Théorie de l'Attachement** se déroule en distanciel exclusivement (en visioconférence : le formateur est connecté en même temps que les stagiaires).
- Les rencontres en visioconférence occupent 13 heures du temps de formation, complétées par 20 heures de travail personnel. La formation commence et se termine aux dates prévues pour le groupe choisi par le stagiaire (voir planning sur le site de l'école). ► Le nombre total d'heures à attribuer à la formation est estimé à 33 heures.
- Afin de délivrer la formation, le formateur transmet des connaissances, invite à l'échange et à la recherche collégiale, met les stagiaires en situation de pratique (en sous-groupes), poursuit la formation au-delà de la visioconférence grâce à des ressources à lire, à voir et à écouter, consolide les acquis par des travaux d'intégration à réaliser et à rendre.

## Plan de la formation 1 :

**Avant la formation :** le participant répond à un quiz.

**Pendant la formation :** Le participant rejoint son groupe selon l'horaire prévu, en se connectant grâce au lien Zoom qui lui est remis. Il jouit de l'utilisation d'une plateforme d'enseignement dédiée, nommée Ezra à laquelle il se connecte pendant chaque rendez-vous de formation, pour accéder aux ressources utilisées, approfondir ses connaissances et réaliser divers exercices obligatoires ou proposés comme approfondissement en interséance. Il transmet son travail à rendre sur Ezra en respect de l'échéance communiquée.

**Première journée (6h15) :** Histoire, pionniers (rôle et contributions majeures de Spitz, Harlow, Bowlby, Ainsworth et Main) et les figures modernes de l'attachement. Définitions de l'attachement. Notions-clés : lien d'attachement, style d'attachement, figure d'attachement, signes d'attachement, conditions d'attachement, phases de l'attachement. Approfondissement sur les différentes catégories et styles d'attachement sécurisant/insécurisant, organisé/désorganisé puis sécurisant, évitant, anxieux-ambivalent, comment ils s'observent, s'expriment et évoluent dans le temps. Piliers de la relation sécurisante selon Daniel Brown. Exercices et échanges en groupe + utilisation de supports vidéo.

Travail personnel à prévoir : 10 heures

**Deuxième journée (6h15) :** Questions/Réponses et retour sur les travaux – Impacts et enjeux de l'attachement (physiques, mentaux, psychopathologies (origines, troubles anxieux, troubles de la personnalité, le trouble Borderline, les troubles de l'attachement), impacts sur le développement des compétences psychosociales, sur la construction de la personnalité, les représentations de soi et des autres (confiance et estime de soi), M.O.I., Construction de l'attachement de l'enfant : impact des séparations (crèche et placement), les attitudes parentales, l'attachement de l'adulte/parent, comportements effrayants/effrayés. Exercice et échanges en groupe + utilisation de supports vidéo.

Travail personnel à prévoir : 10 heures

## Validation des acquis et attestations :

Le suivi des rencontres de formation donne droit à la délivrance d'une attestation de formation récapitulatif le temps de présence. L'étudiant qui le désire peut recevoir une attestation de validation des acquis en respectant les modalités suivantes :

- Être présent à tous les modules de formation en visioconférence.
- Accomplir qualitativement les travaux demandés, en respect des échéances.
- Répondre à un QCM final qui clôture la formation et obtenir au moins 70%.

► **Indicateur de réussite : A la date du 28.11.2023, 100% des personnes ayant soumis une demande de validation des acquis ont réussi cette épreuve.**

## Modalités et délais d'accès à la formation :

### Distanciel

La formation se déroule entièrement en distanciel grâce à la visioconférence (zoom) et une plateforme d'enseignement à distance appelée Ezra, développée par et pour l'École des Formations Positives. Il n'y a aucun déplacement à prévoir.

### Prise de contact

Le candidat à la formation peut adresser ses questions par email ou demander un entretien de 30 minutes avec la directrice de l'école, Charlotte Uvira, via [la page de contact de l'école](#).

### Inscription

Les groupes ouverts aux inscriptions sont indiqués [sur la page de la formation](#). Chaque groupe dispose :

- D'un nom
- De créneaux de rencontre en visioconférence

Le candidat à la formation doit s'assurer d'être disponible pour rejoindre les groupes qu'il a choisis.

Pour s'inscrire, il clique sur [« je m'inscris »](#) et complète le formulaire d'inscription.

Le candidat peut s'inscrire en une fois au 2 formations consécutives sur l'Attachement ou uniquement à la formation 1. À la fin du formulaire, le candidat est invité à régler par carte bancaire un acompte de 250€, qui sera ensuite déduit du solde restant dû. Si le candidat ne peut faire de paiement par carte, il peut contacter l'école pour utiliser un autre moyen de paiement.

### Suite de l'inscription

À la suite de son inscription, L'École prend contact avec le stagiaire afin de confirmer sa place à la formation, et régler avec lui les formalités administratives. En outre, le stagiaire reçoit automatiquement - dès la complétion de son formulaire :

- Un livret d'accueil à l'École des Formations Positives.
- Le descriptif de sa formation.

### Paiement

L'École des Formations Positives offre des conditions tarifaires avantageuses telles que :

- Une réduction de 100€ aux demandeurs d'emplois français (en capacité de prouver leur situation), valable une fois et non cumulable pour toute formation d'une valeur supérieure à 900€.
- L'étalement des paiements sous forme de 4 mensualités au total pour 50€ pour l'inscription aux 2 formations.
- Une réduction allant de 5% à 12,5% pour les stagiaires fidèles ayant suivi d'autres formations (*attention, toutes les formations ne sont pas incluses dans cette offre. Il s'agit de Coach parental, Expertise en Sommeil relationnel, Burn-out Parental et Pleine conscience, Signez Bébé*).

Sauf demande contraire, le paiement du solde de la formation est attendu au plus tard 60 jours avant le début de la formation, ou à défaut 48 heures après réception de la facture. La formation commence au jour et à l'heure prévus sur le planning du groupe que l'étudiant a décidé de rejoindre.

L'École des Formations Positives reste en permanence disponible pour répondre aux questions du stagiaire.

## Formation 2 : Détenir des outils d'intervention dédiés afin d'agir sur l'attachement



### Objectifs pédagogiques :

- Adopter la posture relationnelle de l'accompagnant à la parentalité travaillant sur des enjeux attachementistes. Incarner une figure de sécurité pour les parents accueillis.
- Savoir réaliser un état des lieux de l'histoire familiale, mesurer la sensibilité parentale et identifier le pattern relationnel mis en œuvre entre le parent et son enfant.
- Identifier les forces du parent, renforcer et encourager leur usage et cibler les attitudes les plus favorables pour augmenter la sensibilité parentale grâce aux planètes Kokoro et Destinée
- Organiser un récit intérieur plus explicite pour le parent afin de diminuer sa réactivité, grâce au Parcours Kokoro.
- Utiliser des outils Kokoro dédiés dans des accompagnements de coaching parentaux classiques.

### Public et prérequis

La formation est ouverte aux personnes ayant suivi la formation 1 avec ou sans validation des acquis dans une perspective d'accompagnement professionnel de la parentalité

### Modalités pédagogiques :

- La formation Kokoro « **Détenir des outils d'intervention dédiés afin d'agir sur l'attachement** » se déroule en distanciel exclusivement (en visioconférence : le formateur est connecté en même temps que les stagiaires).
- Les rencontres en visioconférence occupent 16 heures du temps de formation réparties sur 2,5 journées.
- La formation implique la lecture de livres et le visionnage de vidéos qui représentant environ 15 heures de travail. Le travail personnel nécessaire est estimé à 20 heures. ► Le nombre total d'heures à attribuer à la formation est donc estimé à 41 heures.
- Afin de délivrer la formation, le formateur transmet des connaissances, invite à l'échange et à la recherche collégiale, met les stagiaires en situation de pratique (en sous-groupes), poursuit la formation au-delà de la visioconférence grâce à des ressources à lire, à voir et à écouter, consolide les acquis par des travaux d'intégration à réaliser et à rendre.

## Plan de la formation 2 :

La formation Kokoro « **Détenir des outils d'intervention dédiés afin d'agir sur l'attachement** » se déroule sur 16 heures en visioconférence en groupe, réparties sur 2,5 journées auxquelles s'ajoutent 26 heures de travail personnel

**Première journée (6h15) :** Posture du coach ou accompagnant de l'attachement – Découverte et prise en main des outils d'exploration : Évaluation du mode relationnel, évaluation de la sensibilité parentale (DESTINEA), questionnaire d'anamnèse. Découverte et prise en main des planètes Kokoro®. Mises en pratique en groupe. Exercices et échanges.

Travail personnel à prévoir : 14 heures

**Deuxième journée (6h15) :** Découverte et prise en main du Parcours Kokoro®. Cette journée alterne travail en sous-groupe, retours d'expérience et développement des aptitudes.

Travail personnel à prévoir : 12 heures

**Rendez-vous Q&R - durée 3h00 :** Dernier rendez-vous de la formation. Debrief et une conclusion commune de la formation. Cadre d'intervention professionnelle. Processus de validation des acquis.

## Validation des acquis et attestations :

Le suivi des rencontres de formation donne droit à la délivrance d'une attestation de formation récapitulant le temps de présence. L'étudiant qui le désire peut recevoir une attestation de validation des acquis en respectant les modalités suivantes :

- Être présent à tous les modules de formation en visioconférence.
- Accomplir qualitativement les travaux demandés, en respect des échéances.
- Réaliser dans les 4 mois qui suivent sa formation, un accompagnement avec le modèle Destinea et le Parcours Kokoro au bénéfice d'un partenaire de formation ou d'un tiers, produire un retour de son expérience de 10 pages au moins.
- Répondre dans les 4 mois qui suivent sa formation à un questionnaire portant sur les connaissances, compétences et outils acquis durant les deux formations.
- Obtenir une moyenne d'évaluation de ces 2 derniers exercices au moins égale à 65%.

► **Indicateur de réussite : A la date du 28.11.2023, 100% des personnes présentés un dossier de validation des acquis ont réussi cette épreuve.**

## Modalités et délais d'accès à la formation :

### Distanciel

La formation se déroule entièrement en distanciel grâce à la visioconférence (zoom) et une plateforme d'enseignement à distance appelée Ezra, développée par et pour l'École des Formations Positives. Il n'y a aucun déplacement à prévoir.

### Prise de contact

Le candidat à la formation peut adresser ses questions par email ou demander un entretien de 30 minutes avec la directrice de l'école, Charlotte Uvira, via [la page de contact de l'école](#).

### Inscription

Les groupes ouverts aux inscriptions sont indiqués [sur la page de la formation](#). Chaque groupe dispose :

- D'un nom
- De créneaux de rencontre en visioconférence

Le candidat à la formation doit s'assurer d'être disponible pour rejoindre les groupes qu'il a choisis.

Pour s'inscrire, il clique sur [« je m'inscris »](#) et complète le formulaire d'inscription.

Le candidat peut s'inscrire en une fois au 2 formations consécutives sur l'Attachement ou uniquement à la formation 2. À la fin du formulaire, le candidat est invité à régler par carte bancaire un acompte de 250€, qui sera ensuite déduit

du solde restant dû. Si le candidat ne peut faire de paiement par carte, il peut contacter l'école pour utiliser un autre moyen de paiement.

### Suite de l'inscription

À la suite de son inscription, L'École prend contact avec le stagiaire afin de confirmer sa place à la formation, et régler avec lui les formalités administratives. En outre, le stagiaire reçoit automatiquement - dès la complétion de son formulaire :

- Un livret d'accueil à l'École des Formations Positives,
- Le descriptif de sa formation.

### Paiement

L'École des Formations Positives offre des conditions tarifaires avantageuses telles que :

- Une réduction de 100€ aux demandeurs d'emplois français (en capacité de prouver leur situation), valable une fois et non cumulable pour toute formation d'une valeur supérieure à 900€.
- L'étalement des paiements sous forme de 4 mensualités au total pour 50€ pour l'inscription aux 2 formations.
- Une réduction allant de 5% à 12.5% pour les stagiaires fidèles ayant suivi d'autres formations (*attention, toutes les formations ne sont pas incluses dans cette offre. Il s'agit de Coach parental, Expertise en Sommeil relationnel, Burn-out Parental et Pleine conscience, Signez Bébé*).

Sauf demande contraire, le paiement du solde de la formation est attendu au plus tard 60 jours avant le début de la formation, ou à défaut 48 heures après réception de la facture. La formation commence au jour et à l'heure prévus sur le planning du groupe que l'étudiant a décidé de rejoindre.

L'École des Formations Positives reste en permanence disponible pour répondre aux questions du stagiaire.



## Moyens techniques et supports pédagogiques applicables aux formations

- **Ezra, plateforme d'enseignement à distance dédiée** : Les étudiants rejoignent un espace de formation dédié sur lequel ils trouvent toutes les ressources incluses dans leur formation (articles, vidéos, podcast, diaporamas des modules, replays, plateforme de partage des travaux).
- **Messagerie électronique** : Les étudiants doivent disposer d'une adresse email régulièrement consultée, qui sera utilisée pour leur communiquer des informations spécifiques en temps voulu.
- **Équipement informatique** : Le candidat désireux de suivre la formation doit être équipé d'un ordinateur **avec caméra ayant accès à l'Internet haut débit, utiliser un micro-oreillette** pour toutes les séances de visioconférence. Le suivi de la formation sur tablette ou smartphone et/ou sans camera ou sans micro-oreillette n'est pas autorisé. Le stagiaire qui rejoint la formation avec ce type d'équipement le fait sous son unique responsabilité.
- **Zoom** : Les participants doivent télécharger gratuitement le programme zoom sur [www.zoom.us](http://www.zoom.us) afin d'assister aux séances de formation, et profiter d'un maximum de fonctionnalités.
- **Espace calme sans distraction** : le stagiaire doit s'assurer de disposer pendant les séances en visioconférence, d'un endroit calme où sa tranquillité (et celle des autres stagiaires) sera préservée.

L'École des Formations Positives ne peut être tenue responsable d'une installation informatique défaillante, de la non-consultation des emails ou de l'identification de ses emails comme spams. Le stagiaire est invité à se mettre en responsabilité de sa formation et à prendre l'initiative de tout contact si sa situation le requiert. L'École des Formations Positives répond sous 24 heures maximum (hors dimanche et jours fériés).

## Encadrement

Cette formation est proposée exclusivement par **l'École des Formations Positives – Happyologie, SARL** domiciliée en Suisse. L'encadrement est supervisé par Charlotte Uvira. Les formatrices qui interviennent sur cette formation sont indiquées sur la [page internet de la formation](#).

## Accès en cas de handicap

Afin de s'assurer que chacun puisse accéder à la formation en dépit d'un handicap, nous invitons les personnes concernées à nous contacter et nous exposer leur situation. Un livret d'accueil des PSH existe. Merci de le demander si vous ne l'avez pas reçu.

## Informations-clés

- **Groupe** : jusqu'à 11 participants.
- **Mode** : 100% en distanciel
- **Prix catalogue** : Formation 1: 440 € - Formation 2 : 550€
- **Réductions possibles** : 100€ pour les demandeurs d'emplois français (avec justificatif, non cumulable) applicables uniquement sur les 2 formations prises ensemble, 5 à 12,5% de réduction pour nos stagiaires fidèles (nous consulter)
- **Coûts éventuels non-inclus** : Frais pour étalement des paiements, 50€. Rappel pour retard de paiement 14€/semaine. Remise de travaux hors échéance (retard justifié accepté) 30€. Travail supplémentaire en remplacement d'une séance de formation (absence justifiée acceptée) 65€.
- **Un règlement est applicable pour cette formation**. Il est disponible sur le présent descriptif, les CGV, le formulaire d'inscription, le livret d'accueil à l'École des Formations Positives.
- **Renseignements sur la société** : École des Formations Positives- Happyologie SARL. Siège social : Sonnhalde 4 – 3063 Ittigen – Suisse (ne reçoit pas de public) enregistrée sous le numéro IDE : CHE-281.872.884 dirigée par Charlotte Uvira.
- [Page de la formation](#) sur internet.
- **Contact** : Nous sommes joignables par email sur [bonjour@formations-positives.ch](mailto:bonjour@formations-positives.ch)