



M  
C  
O  
M  
M



## **Marianick Jouve**

M Comm Formation & Accompagnement

3052, Chemin du Moulin  
83470 – St Maximin la Ste Baume

m.comm@free.fr  
[www.m-comm.info](http://www.m-comm.info)

Siret : 442 761276 00025  
N° Formation Continue 93 83 03915 83

## **FORMATION DE FORMATEUR A LA METHODE ESPERE®**

---

Marianick Jouve anime, depuis de nombreuses années, la formation de formateur en méthode ESPERE®, créée par Jacques Salomé.

Ce choix repose sur le constat d'une pratique personnelle efficace de la méthode et de perspectives d'ouverture importante sur le champ symbolique. Ceci a d'ailleurs amené à créer de manière autonome la formation AMSER\*.

Cette réflexion est développée dans cette formation de formateur. Son déroulement est au-delà de la matière elle-même (la méthode ESPERE®) inspiré par celui qui l'anime.

Etre formateur suppose de parcourir un chemin de développement personnel, avoir une connaissance suffisante de l'accompagnement et de la gestion des groupes. Cela suppose également de savoir prendre la parole et de parler de soi.

- **Les objectifs de cette formation**

- Permettre à chacun d'acquérir des outils, un savoir faire et un savoir être : avoir une culture du symbolique, expérimenter les différentes propositions d'exploration des comportements humains, s'exprimer clairement

- Poser les bases d'un accompagnement

- Etre en capacité d'animer des ateliers de communication relationnelle, savoir développer suffisamment d'écoute pour permettre aux participants de s'entendre dans leur comportement et dans leurs émotions et qu'ils puissent accéder à leur propre histoire, en utilisant les outils de la méthode ESPERE® : l'écharpe relationnelle, la visualisation externe, des concepts et des règles d'hygiène relationnelle, la symbolisation...

- Avoir la possibilité d'adjoindre cette formation à son propre cursus, à une méthode spécifique acquise dans notre organisme ou ailleurs (formation en sophrologie, PNL, analyse transactionnelle, massage, méthode de développement personnel en entreprise, etc.)

- **Quelques précisions :**

Le cursus de la formation a subi des modifications.  
Dans l'objectif d'une plus grande professionnalisation, la formation se réalise en 55 jours sur une période de 2 à 3 ans.

Jacques Salomé, créateur de la méthode ESPERE® [Energie Spécifique Pour une Ecologie Relationnelle Essentielle] est psychosociologue, écrivain. Il énonce cette définition du formateur :

« ÊTRE FORMATEUR, C'EST ACCEPTER DE DEVENIR UN AGENT DE CHANGEMENT POUR AUTRUI, APRES L'AVOIR ETE POUR SOI MEME DANS SA PROPRE VIE.

DEVENIR FORMATEUR C'EST ACCEPTER DE SE FORMER AUX RELATIONS HUMAINES, DANS UN PARCOURS DE DUREE, DE COHERENCE ET DE RIGUEUR POUR DEVENIR UN EVEILLEUR, UN TRANSMETTEUR, UN PASSEUR ET EN QUELQUE SORTE UN FACILITATEUR DE VIE.... »

## LE PROGRAMME DE LA FORMATION :

La formation est organisée sur 55 jours et se décline ainsi :

### LA COMMUNICATION RELATIONNELLE ACTIVE /15 J (6 J. X 2 + 3 J)

- Objectifs spécifiques :

*Prendre conscience du système d'échanges relationnels productif de stress,*

*Etablir un état des lieux d'une communication abusive et polluante*

*=> Car la prise de conscience amorce le changement de dynamique relationnelle...*

*Regarder différemment les relations de notre quotidien*

*Tester des outils de communication efficaces*

*=> Pour avoir une expérience nouvelle, porteuse du changement...*

*Décider d'agir pour soi,*

*Et entrer dans le respect de soi et donc des autres..*

*=> L'action est la meilleure des validations...*

*Sortir des contentieux larvés ou ouverts en en comprenant le sens plus profond,*

*Ne pas entretenir des relations amenant à un sentiment de harcèlement, ou vecteur de surmenage...*

*=> Faire un point relationnel*

### **1 - Les bases – 6 jours**

Approche du contexte relationnel existant

Qu'est ce que communiquer ? Quelques définitions

Etat des lieux sur les systèmes d'incommunication

Etude d'un système de communication abusive, polluante

Les bases de la communication relationnelle

Quelques définitions : communiquer, écouter, être en relation

La charte relationnelle : parler à la 1<sup>ère</sup> personne, écouter et s'écouter, s'approprier sa parole, exprimer son ressenti

Le langage : modes et niveaux

La visualisation, une aide à la compréhension des enjeux

Développement d'outils visuels :

Le bâton de parole,

L'écharpe relationnelle

Des outils essentiels pour se positionner au quotidien

La confirmation : un outil d'écoute, de cadrage, de positionnement.

La carte d'identité relationnelle : expression des besoins, des attentes, des limites

La poubelle relationnelle : une écologie dans les relations

## Les enjeux dans la relation

- Notion de besoin/manque et relation de dépendance
  - Notion de désir/frustration et relation de responsabilisation
- Conjuguer les verbes relationnels :
  - Dans l'ouverture en étant partie prenante – dans l'agir
  - Dans la fermeture, l'infantilisation – dans le subir
- La communication systémique : environnement, retentissement
- Clarification des relations, du cadre dans lequel on s'exprime
- Analyse des notions de respect, d'égalité, de confiance

## Elargissement dans la communication avec soi

- La notion de peur – désir – besoin
- Le territoire relationnel
- Pouvoir et autorité
- La responsabilisation
- L'approche symbolique
- Notion de contentieux et d'agression dans les relations

*Ces 6 jours englobent également des exercices d'intégration, des champs d'expérimentation, et des mises en situations issues du quotidien des participants*

## **2 – Le perfectionnement** – 3 jours

- Actualisation du module 1 et intégration
- Système d'incommunication : approfondissement
- Freins et obstacles à une communication saine
- L'intégrité relationnelle
- Pratique de la parole juste
- Gestion et sortie de relations conflictuelles
- Expériences de communication, mises en situation de relations induisant des comportements de soumission ou de rébellion

## **LES SEMINAIRES A THEME / 10 J.**

---

- **Les deuils et les séparations** (en février) – 2 j  
Chemin de vie et séparations...

Notre vie est parsemée de séparations non abouties, de deuils inachevés, et donc d'énergies bloquées...

Se connecter à l'impermanence,  
Se sensibiliser aux multiples ruptures :  
lieu, personne, travail, projet... et entrer dans un processus de deuil et de réparation

S'interroger sur les personnes qui ne sont plus près de nous, disparues, parties, oubliées, qui pourtant hantent peut être encore notre mémoire consciente ou non,  
Et aussi à des parts de nous-mêmes, des vieux schémas, des rôles caduques...

Pour achever l'inachevé.

- **La relation parent – enfant** (en avril) – 2 j  
.....Devenir parent de nos enfants

La relation parent enfant est une des relations qui peut nous faire le plus grandir.  
Elle est celle des questionnements et des interrogations.  
Relation miroir, par le comportement de l'enfant qu'il nous renvoie en image,  
Relation de clarification, pour les points sur lesquels nos enfants nous sollicitent à chaque âge de leur vie.

Avoir un enfant et le laisser grandir, nous renvoie à nos propres désirs et à nos propres besoins. Désirs, besoins que nous tentons parfois de réaliser au travers de cette relation.

Thèmes abordés :

- Les fonctions parentales et les missions, la notion d'autorité
- La différence entre besoins et désirs
- Les besoins fondamentaux de l'enfant, le sevrage relationnel
- Le passage d'une relation infantilisante à une relation responsabilisante
- De l'enfant extérieur à l'enfant intérieur - les retentissements

- **La relation de couple (en juin) - 2 j**

« le couple : théâtre du passé, porte d'avenir »

Aimer, mot qui fait rêver, mot douloureux parfois, accroché à des expériences difficiles. L'amour a de multiples dimensions. Il évolue avec nous, sur notre chemin de vie. Amour possession, amour fusion, amour dépendance, amour relation, amour gratos, amour respect. Désir vers l'autre, désir sur l'autre, Attentes non satisfaites, Relation de besoins, Non respect de moi comme de l'autre, Limites dépassées. Dans la relation aujourd'hui nous portons la mémoire de nos relations passées.

Au cours de ce séminaire nous aborderons les éléments nécessaires à la construction relationnelle du couple et principalement :

Les enjeux de cette relation

Regard sur les amours anciens et leur influence dans notre vie actuelle

L'image du couple, le schéma familial, les jeux de pouvoir

- **La relation à soi et la symbolisation (en juillet) - 4 j**

La relation à soi :

Relation interpersonnelle et intrapersonnelle

Les auto-saboteurs et la victimisation

Les besoins relationnels en jeu

Le langage des émotions et du corps

Ecouter les désirs

L'amour de soi

Les rôles et les missions

Donnés et attribués

Créés et entretenus

L'image de soi

Le pouvoir attribué

L'acte symbolique :

Les registres et les langages de la symbolisation

La notion de rite

Entrer en relation avec soi

*Possibilité d'équivalence lorsque l'on a suivi la formation AMSER\**

## **RELATION D'AIDE ET ECOUTE 8 J (4 J X 2)**

---

Objectifs :

- Permettre à chacun d'améliorer la qualité de relation et d'écoute lors de la conduite d'entretiens.

- Accompagner la personne et lui permettre de trouver ses propres solutions.

Programme général :

- Les bases de la relation d'aide :

Les différents types d'écoute

La congruence : langage verbal et non verbal

La relation d'aide et la communication relationnelle

La qualité en conduite d'entretien

- L'entretien :

Les objectifs

Le déroulement

Le positionnement

La confirmation

Les registres

Les dynamiques relationnelles

Le travail de visualisation et de symbolisation

- Exploration des obstacles dans le cadre de la relation d'aide

2 modules de 4 jours

Apports théoriques et pratiques, mises en situations d'entretien

*Ces 2 modules sont inclus dans la formation AMSER\* (années 1 + 2)*

## **APPROCHE PLURIDISCIPLINAIRE / 8 J**

---

*Modules faisant partie de la formation AMSER\**

- **Les bases – Le contexte de travail** [1 j.]

Introduction au groupe et à la formation

Les fonctions du cerveau

L'environnement dans lequel chacun se situe

Langage, symbolique, métaphore, rites

- **Apprendre l'autonomie** [3 j.]

Les bases : peur / sécurité

Les besoins dans les différentes étapes de l'enfance : amour, valeur, reconnaissance, identité,

L'acquisition de pouvoirs autonomes : dire, faire, exister, se défendre

Le contexte d'autonomie : non dépendance, valeur, être adulte

- **Fidélité transgénérationnelle et processus de deuil** [3 j.]

La place dans l'arbre généalogique

Les différents types de secret que peut révéler un génogramme

Apprentissage de lecture

L'importance de la notion de mort, sa résonance dans notre vie

Les étapes du deuil

- **Initiation à la Psychopathologie** [2 j.]

## FONCTION D'ANIMATION / 5 J.

---

### Prendre la parole, être vrai – 3jours

- Objectifs spécifiques :

*Acquérir la parole juste et aller vers le meilleur de soi,  
Vivre l'impact de ses émotions au travers du ressenti d'autres  
Prendre conscience de sa force, de son charisme et d'une foultitude d'atouts  
Transmettre des messages de valeur  
Laisser advenir ce en quoi on croit et convaincre par sa foi  
Être serein et profond,  
Manier l'humour, donner envie,  
Surprendre et se surprendre  
Explorer, personnaliser, optimiser son potentiel...*

Capter l'attention de son auditoire

Préparer les moments clés de son intervention, construire son argumentaire  
S'entraîner à gérer son temps de parole  
Savoir se présenter à l'auditoire et stimuler son écoute  
Accroître l'impact de ses messages

S'exprimer avec assurance et clarté

S'entraîner à respirer et à se relaxer  
Améliorer sa fluidité verbale et mentale  
Apprendre à se centrer, se positionner dans l'espace  
Gérer son trac et apprivoiser son stress, utiliser ses émotions de façon constructive  
Apprendre à parler de soi, prendre sa place dans un groupe

Devenir créateur de son discours

Adapter son intervention au type de public  
Intégrer l'importance des langages verbaux et non verbaux  
Développer ses facultés d'improvisation, apprendre à parler de soi  
Accroître ses ressources et ses qualités créatives

### La gestion de groupe – 2 jours

Explorer la notion de groupe  
S'interroger sur la position de l'animateur et ses objectifs  
Visiter le côté matériel pour permettre une base fluide de travail  
Entendre les besoins relationnels inhérents à la gestion de groupe  
Détecter des caractéristiques dans les personnalités composant un groupe  
Gérer les critiques et les rendre constructives  
Alimenter la dynamique de groupe  
Utiliser des outils de régulation

Cette formation tient également compte des attentes spécifiques des participants

### La supervision - 3 jours

#### \* AMSER

Accompagnement sur le **M**ode **S**ymbolique d'**E**xpression et de **R**éparation  
Un concept d'accompagnement qui met en évidence l'intérêt de l'approche symbolique dans le cadre de la relation d'aide.  
Un outil de nettoyage nécessaire à tous ceux qui veulent revisiter leur histoire, celle de la généalogie et sortir de comportements astreignants, limitants pour aller vers une vraie autonomie « *avec pour résultat le plaisir d'Être* »  
Une aventure humaine... Un agrandissement de la méthode ESPERE.

## MODALITES PRATIQUES

- Le programme sur 55 jours :

15 jours : communication relationnelle active : bases et perfectionnement.  
+ 10 jours : 3 séminaires à thème de 2 jours : relation parent enfant, relation de couple, deuils et séparations + 1 séminaire à thème de 4 jours " relation à soi et à la symbolisation "  
+ 8 jours : relation d'aide et écoute  
+ 9 jours : pratique de la méthode ESPERE + supervision  
+ 3 jours : étapes de l'autonomie  
+ 3 jours : fidélité transgénérationnelle  
+ 2 jours : psycho pathologie  
+ 5 jours : animation de groupe, aisance dans la parole, être vrai

- La validation

A ces 55 jours de formation [385 h] il faut ajouter, conformément à la demande de l'institut ESPERE International :

+ 80 h de pratique de la méthode ESPERE [groupes ; individuels] + la rédaction d'un mémoire soutenu devant un formateur de formateur Espère + la validation d'une pratique.

+ 12 jours de suivi d'analyse de pratique, de supervision et d'approfondissement de la méthode

Les modalités complètes de validation de la formation seront transmises sur demande, elles peuvent être consultées sur le site de l'institut Espere :

[www.institut-espere.com](http://www.institut-espere.com)

- La Durée / Les Lieux :

55 jours sur 2 à 3 ans

Lieux : Paris, Aix en Provence, St Maximin la Ste Baume, Centre Trimurti à Cogolin pour les résidentiels

Prendre contact avec Marianick Jouve **06 10 60 18 60** [m.comm@free.fr](mailto:m.comm@free.fr)

- La participation financière :

Cette formation peut être effectuée dans le cadre de la formation professionnelle continue. M Comm est un organisme de formation répertorié sous le N° 93 83 03915 83.

Pour les particuliers : 5 325 Euros nets. Equivalence sous forme de mensualités : 150 à 220 € / mois, pour une période entre 24 et 36 mois)

Pour les professions indépendantes, les associations : 7 700 Euros nets de TVA

Pour les entreprises, dans le cadre de la formation continue : 10 200 Euros HT

- Les modalités de paiement :

Versement d'un acompte à l'inscription (10 à 20%)

Puis paiement par tranche de 20% selon accord.

Pour les particuliers, associations et les professions indépendantes un paiement mensuel peut être envisagé. [Précisions lors de l'entretien]



## Marianick Jouve

Consultante en relations humaines

"Transmettre est pour moi un plaisir toujours renouvelé : dans l'émergence de la démarche personnelle, l'émerveillement de la transformation... "

### **Une démarche spécifique :**

**> Une démarche attentive**

Marianick Jouve est dotée d'une écoute active, pertinente et respectueuse de la différence de chacun.

**> Une démarche ajustée**

La formation se fait en fonction des individus présents.

Le stage est adapté à chacun.

L'approche du thème devient alors spécifique, de façon à ce que chaque personne se sente concernée dans sa problématique, au delà du groupe.

**> Une démarche visuelle**

Avec des outils concrets, visuels, faciles à mettre en application qui permettent une intégration rapide.

Des concepts abordables par tous, mis en scène, qui parlent au coeur de la personne plutôt qu'à son intellect.

**Un chemin qui apporte de la lumière, une nouvelle perception, un nouveau regard.**

**Une approche qui éclaire la vie de la personne dans sa globalité.**

### **Un parcours riche :**

Ex manager, consultante en relations humaines et formatrice depuis 13 ans, elle a créé et dirigé à ce jour 2 organismes de formation.

Elle accompagne le changement et contribue au développement de chaque membre de l'entreprise dans le domaine de la communication, l'affirmation, la responsabilisation, la conduite de réunion, la cohésion d'équipes...

Parallèlement, elle accompagne les personnes dans leur désir de développement de soi, de leurs capacités comportementales, la recherche de mieux être, soit individuellement, soit en groupe.

### **Formations :**

Maîtrise en Droit Privé - Mastère en Management à Euromed

Formateur spécialisé en Ressources Humaines - ISEC Lyon

Certifiée en méthode ESPERE® - créée par Jacques Salomé

### **Histoire de vie ...**

*« L'accompagnement de personnes en quête d'un mieux vivre, de bien être avec elles-mêmes, m'ont permis d'explorer de nombreux domaines pour mieux appréhender leur demande comme la mienne.*

*Les réponses, au moins partielles, par l'observation d'attitudes limitantes, de mécanismes dommageables voire bloquants, ont trouvé racine dans l'expression symbolique.*

*Le mode symbolique, riche d'enseignements, permet d'envisager, selon l'expérience, une réparation de soi.*

*Ce constat, allié à une connaissance spécifique, permet de faire un chemin suffisant pour avoir le sentiment d' « être dans la vie » et d'accéder à des choix jugés parfois comme inaccessibles.*

*C'est pour cela qu'aujourd'hui, je propose cette formation que j'anime ».*

*Initialement passionnée par les chiffres et les inconnues algébriques, mon parcours atypique me semble aujourd'hui logique.*

*Bac scientifique, donc, puis étude du droit et de la loi... via l'université du même nom.*

*Après des années de parcours d'entreprise, je décide de faire un mastère en management durant lequel je découvre la possibilité d'une autonomie dans le travail et... le développement personnel.*

*Puis mon histoire familiale rejoint ma vie du quotidien. Il me faut alors changer de cap et envisager ma vie comme un tout...*

*Le destin mêlé et le « hasard » des rencontres me permettent d'entendre et d'apprendre...*

*Le reste est décrit plus haut.*

J'anime et valide des formations de formateurs, j'accompagne les individus et les groupes dans le cadre de séminaires, ateliers et entretiens.

Dans le déroulement de mon cursus de formateur en développement personnel :

- Formée par Jacques Salomé [formation de formateur] duquel j'ai apprécié l'esprit simplificateur sans être réducteur, la richesse de l'expression visuelle,
- Initié à l'enseignement de Durkheim par Christiane Singer, dont j'ai touché la grandeur d'âme et apprécié l'alliance du corps et de l'esprit
- Successivement suivi des formations en kinésiologie [étude du mental, des programmations], en PNL, Feng Shui, décodage biologique, ...
- Eu des approches en numérologie humaniste, prise de parole en public, psychogénéalogie, ...

Les enseignements et les lectures, alliés à une expérimentation des propositions et hypothèses faites par les enseignants – auteurs, selon leurs croyances et leur sensibilité, font la richesse de mon parcours.

### **Propositions M Comm - Formation & Accompagnement**

> Formations longues :

Formation de formateurs - Méthode ESPERE

Formation à l'accompagnement AMSER (Mode Symbolique d'Expression & de Réparation)

> Formations ponctuelles :

Formation à l'écoute, à la relation d'aide ; formation en communication relationnelle ; formation à la prise de parole, affirmation de soi, estime et confiance en soi

> Suivis individuels et groupes - Particuliers et entreprise

> Formations dans le cadre du DIF

> Formations spécifiques en entreprise (communication et management)