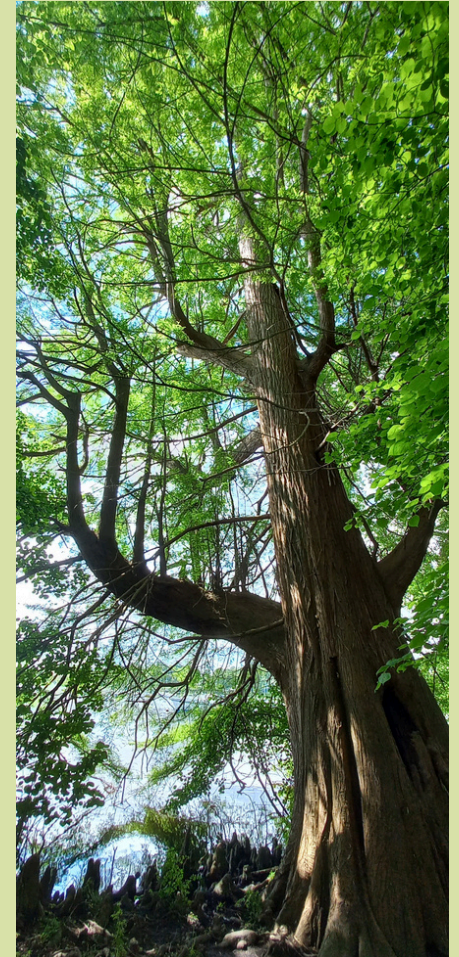


Prendre en compte les oppressions systémiques dans nos accompagnements

En ligne,
mai et juin 2026



Les oppressions systémiques dans nos accompagnements

Formation destinée aux professionnel.les de l'accompagnement



Les personnes vivant des oppressions systémiques recherchent souvent des personnes “safe” pour les accompagner, c’est-à-dire des personnes qui ne vont pas reproduire les oppressions qu’elles vivent déjà en société. Or, trop souvent, nos formations en tant que professionnel.les de l’accompagnement (psychologues, psychopraticien.nes, coachs, etc) ne prennent pas en compte ces dimensions. Cela nous fait reproduire, sans nous en rendre compte et sans le vouloir, des “micro”-agressions, par manque de formation. Pour les personnes accompagnées, il est alors difficile de faire confiance et d’avancer par manque de sécurité. Cette formation vise à donner des bases de compréhension et d’action pour mieux accompagner ces personnes.

Les oppressions systémiques dans nos accompagnements

Programme:

- La fragilité blanche, l'intersectionnalité, échelle de libération des oppressions
- Classisme, capitalisme
- Racisme, colonialisme
- Sexisme, patriarcat
- Hétérosexisme, genre et sexualité, enjeux LGBTQIA+
- Validisme et psyvalidisme, lookisme
- Infantisme, âgisme, spécisme, lien au vivant et échelle d'allié.e de la libération

Méthodes pédagogiques :

- espace de parole
- apports magistraux
- travail en duo
- ressources pour aller plus loin et devenir plus safe.

Dans chaque module nous verrons les erreurs les plus fréquentes, les **conséquences biologiques, psychologiques, sociales**, de ces oppressions, les liens entre enjeux écologiques et sociaux, et **comment contrer ces oppressions dans nos accompagnements.**



La formation côté pratique

Tarif de la formation : 280€.

Tarif professionnel ou solidaire: me contacter.

Petit groupe de 6 à 8 personnes.

Horaires: 12h-14h les lundis sauf férié:

7 sessions:

Début le lundi 11 mai, lundi 18 mai,
mardi 26 mai, lundi 8 juin, lundi 15 juin,
lundi 22 juin, lundi 29 juin.

Témoignages

Témoignages de formations animées par Florence-Marie :

“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”

“C’est rare que je puisse **me sentir aussi bien** dans un groupe”

“La formation permet de grandir”

“C’est la formation **la plus humaniste** que j’ai faite et j’en ai fait un sacré paquet”...



Florence-Marie Jégoux

Florence-Marie est **psychopraticienne en intelligence relationnelle** (traitement des traumatismes complexes : IFS, système nerveux, attachement). Elle a été formée par Self formation avec François Le Doze, puis par Quantum Way, le système nerveux avec Linda Thai, le trauma de négligence avec Ruth Cohn, l'IFS avec Richard Schwartz...

Elle a avant été infirmière, pilote, aiguilleuse du ciel, puis coach, analyste de risques, spécialiste en psychologie cognitive et psychologie sociale, et **formatrice facilitatrice sur le fonctionnement humain et organisationnel** depuis 2009.

Elle est ensuite tombée dans l'écologie, et a **bifurqué**.

Elle a été représentante du **RAFUE**, elle anime une **formation à la facilitation du travail qui relie** et développe des pratiques de **soin militant et anime la fresque des résistances**.

En intégrant un groupe de soin militant, elle s'est rendu compte de son ignorance sur les oppressions et s'est formée sur le sujet. Elle a suivi le programme Magma et celui de Jai Bristov sur les oppressions, et développe des pratiques d'accompagnement qui en tiennent compte.

Infos:

www.equilibre-en-chemin.com

Pour s'inscrire: mail:

reliance@ecomail.bio

