

## Master Class : L'arbre de la vie, un outil pour accompagner les transitions de vie et l'estime de soi

Les professionnels de la relation d'aide (coachs, psychothérapeutes, psychologues) sont souvent confrontés à des demandes liées aux transitions de vie et à l'estime de soi. Ce sont-là des questions épineuses qui, avec un peu de créativité et des outils adéquats, peuvent être accompagnées avec art et humanité.

Issu des approches narratives de Michael White, David Epston, Ncube-Mlilo et Denborough, le modèle métaphorique de l'Arbre de Vie est outil puissant basé sur le questionnement et la reformulation des récits que l'on se fait sur soi. L'Arbre de vie permet d'augmenter la conscience-de-soi, renforcer son identité, découvrir de nouvelles ressources et faire confiance en ses capacités.

Tel un arbre qui pousse, des racines jusqu'aux feuilles, en passant par le tronc et les fleurs, quelles sont les histoires qui nous traversent et qui font de nous ce que nous sommes ? Quels sont nos fondements, nos liens sécurisants, nos qualités cachées qui nous aideront à traverser un moment indécis, une période morose, un nouveau cap à franchir ? Et si ces histoires pouvaient être cette source-là ? Remaniées, racontées différemment, imaginées ou rêvées, elles pourraient donner naissance à des perceptions nouvelles de soi et nourrir des élans pour la vie.

Des histoires à faire fleurir l'esprit, pour cueillir les fruits de la vie et vivre pleinement les saveurs de chaque instant.

### Prochaine session

**MCCD125** - Tarif particulier/non-marchand:: 400 €, Tarif entreprise:: 600 €

- 20/06/2025
- 21/06/2025



## Objectifs

---

Pouvoir accueillir des demandes de transition de vie et d'estime de soi en sachant :

- Faire émerger des qualités et des compétences
- Mobiliser des ressources (en soi ou autour de soi)
- Renforcer son identité
- Donner du sens à son parcours
- Construire des objectifs et les réaliser

Pouvoir utiliser l'Arbre de vie en accompagnant des individus ou des groupes par :

- Une posture adéquate
- Un questionnement précis
- Un accompagnement écologique et respectueux

## Contenu

---

- Les fondements épistémologiques des approches narratives
- Les principes et l'histoire de l'Arbre de Vie
- Expérimenter son Arbre de Vie
- Apprendre la méthode d'accompagnement de l'Arbre de Vie

## Méthodologie

---

Au fur et à mesure de l'expérimentation du modèle, chaque participant pourra s'approprier de la méthodologie pour s'en servir à son tour.

## Public

---

Cette master class coaching est ouverte à toute personne qui a suivi au minimum la première année de coaching au CFIP ou qui est reconnu PCC ICF ou Senior Praticien EMCC ou à tout professionnel de l'accompagnement avec une expérience consistante.



Ce programme est approuvé par l'ICF en tant que 9 CCEU, Continuing Coach Education Units.

