

ANNE YVONNE RACINE

COMPRENDRE,
TRANSMETTRE ET VIVRE
LE LIEN AUTREMENT

+



BROCHURE FORMATION COACH RELATIONNEL +

2025 + 2026

SOMMAIRE

01

Présentation

02

Les objectifs de la formation

03

Public concerné

04

Organisation pédagogique

05

Certification et posture

06

Certification et posture

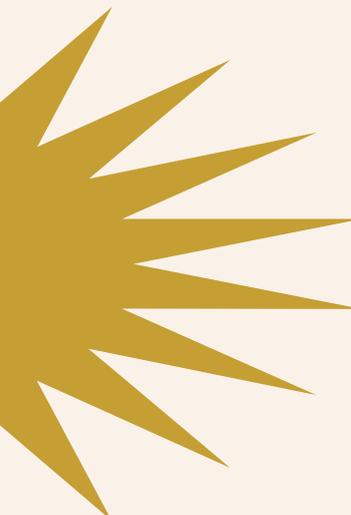
07

Deux formules au choix

08

Calendrier et admission

LE LIEN COMME MATIÈRE PREMIÈRE



Coach Relationnel + est une formation vivante et profonde pour celles et ceux qui souhaitent transformer leur manière d'être en lien, à partir d'un autre lieu en eux-mêmes. Ce parcours propose un déplacement intérieur : dans la façon d'écouter, de sentir, de se laisser traverser par la relation. Ce n'est ni une méthode, ni un modèle, mais un espace d'exploration incarnée.

La relation n'est pas ici un objet à soigner : c'est une matière vivante à traverser, un lieu de création, de révélation, de vérité intime.

La formation s'appuie sur des concepts issus de traditions anciennes, des sagesses oubliées, des approches philosophiques, sensorielles et poétiques du lien — tout en se tenant résolument tournée vers l'avenir. Elle s'inscrit dans un mouvement de réinvention des relations humaines, à la croisée des récits symboliques, des sciences du vivant et des mutations contemporaines de l'intime. Elle propose un ancrage profond pour accompagner ce monde en bascule, où la pensée du lien redevient centrale, et où chaque posture devient un acte de création partagée.

Les objectifs de la formation

- Une formation pour vous ancrer dans un projet dynamique et atypique qui existe déjà, porté par une philosophie, une plateforme et une communauté engagée dans la transformation du lien.
- Une formation pour ajuster, affiner et compléter votre posture, en intégrant les concepts Cœur à Corps à votre propre pratique, expertise ou thérapie.
- Une formation pour retourner votre regard, déplacer vos perceptions et transformer votre manière d'être en lien — dans les relations amoureuses, désirantes, familiales, sociales, ou avec le monde lui-même.

Que vous approfondissiez votre posture, développiez votre style ou réinventiez votre manière d'accompagner, cette formation vous offre un cadre clair et vivant pour organiser, traverser et incarner votre pratique relationnelle. En posant les bonnes fondations et en cultivant votre présence, vous êtes sur la voie d'un accompagnement plus libre, plus ajusté, plus impactant.



NOS VALEURS

Cœur à Corps repose sur une vision vivante et exigeante de la relation. Nous croyons en la puissance du lien, en l'intelligence du désir, en la transformation rendue possible par une présence incarnée.

UNE POSTURE INCARNÉE

Nous valorisons la présence avant la méthode, la posture avant le protocole. Accompagner, c'est d'abord savoir se tenir, écouter, ressentir, sans surplomb ni projection. La posture ne se décrète pas : elle se travaille, s'éprouve, se régule au fil du lien. C'est une manière de se laisser traverser, tout en maintenant un cadre clair, éthique et vivant.

UNE INTELLIGENCE DU LIEN

Chaque relation porte une vérité singulière, qui ne se laisse ni capturer ni modéliser. Notre approche privilégie l'écoute fine, la nuance, le rythme propre à chaque binôme. Nous travaillons le lien comme une matière vivante : faite de mouvements, de silences, de frictions et de révélations. Ce n'est pas la répétition d'un schéma qui importe, mais ce qui surgit d'un contact réel, inattendu, transformant.

UNE RESPONSABILITÉ PARTAGÉE

Nous croyons que la transformation relationnelle ne vient ni de l'outil ni du savoir-faire, mais d'un engagement mutuel. Accompagner, c'est se rendre disponible à un espace qui ne nous appartient pas, mais que l'on garde et soutient. Cette responsabilité est partagée : elle invite à la clarté, à la co-création, à une forme d'autorité douce et radicale à la fois.

PUBLIC CONCERNÉ, VOUS ?

PROFILS AJUSTÉS

01.

- Professionnel·les du lien amoureux, conflictuel ou désirant, déjà en activité (coach, thérapeute, médiateur...).
- Personnes en chemin de transformation, prêtes à revisiter leur manière d'aimer, d'écouter et d'accompagner.
- Accompagnant·es de l'intime et de la relation, en quête d'une posture plus incarnée, plus libre, plus visionnaire.



- Acteurs et actrices du soin, de l'éducation ou du social, confronté·es aux impasses relationnelles et désireux·ses d'ouvrir d'autres voies.
- Professionnel·les sensibles aux enjeux du désir, du corps et du symbolique, qui cherchent une approche hors cadre, structurée et intuitive.

AVANTAGES

02.

Vous intégrez une approche atypique, profondément ancrée dans l'expérience du lien : désir, altérité, transformation.

Vous affinez votre posture pour accompagner avec plus de présence, de liberté et de justesse, sans protocole figé.

Vous explorez des thématiques rarement abordées dans les formations classiques : sexualité du lien, dynamique du désir, conflits existentiels.

Vous rejoignez un projet vivant, une plateforme active, et une communauté engagée qui porte la philosophie Cœur à Corps.

Et surtout, vous avancez sur un chemin de transformation personnelle autant que professionnelle — un chemin qui réveille, déplace, rassemble.

UNE PARTICIPATION FORMATIVE ET ENGAGÉE

03.

Cette formation ne se consomme pas. Elle se traverse.

Elle repose sur une participation active, sensible et responsable.

Chacun·e est invité·e à s'impliquer depuis là où il ou elle en est, sans pression de performance, mais avec un réel engagement dans l'exploration, l'écoute, la présence.

La diversité des parcours, des styles, des rythmes est une richesse.

Ce qui est attendu, ce n'est pas un modèle unique, mais une qualité d'implication : curieuse, sincère, ajustée.

La certification n'est pas un diplôme automatique : c'est la reconnaissance d'un chemin parcouru avec intégrité, conscience et attention au lien.



NOTRE ORGANISATION

La formation Coach Relationnel+ ne suit pas un modèle linéaire, descendant ou technique.

Elle s'organise comme une traversée vivante, où la narration personnelle, l'écoute du corps, les mouvements intérieurs et les dynamiques de groupe s'entrelacent.

Chaque module est une expérience : on y travaille autant la posture que la présence, la parole que le silence, la théorie que l'intuition.

Les contenus sont transmis dans un cadre structuré mais souple, qui laisse place à l'ajustement, au surgissement, à l'implicite.

C'est une pédagogie qui se raconte, se vit, se déploie.

Une formation où chacune apprend aussi à lire en soi ce qui se transforme, et à le traduire dans sa pratique.

ORGANISATION PÉDAGOGIQUE

- 8 modules en visio sur 3 mois
- 3 supervisions collectives pour soutenir l'intégration
- Travaux d'exploration entre les séances : écriture, mise en situation, traversées vécues
- Espace d'échange pour nourrir la pensée, le lien, la singularité de chacun

CONDITIONS D'ACCÈS

L'admission se fait sur entretien, afin de vérifier l'adéquation entre votre parcours, votre posture et l'esprit de la formation.

- Une formation initiale en coaching, thérapie ou relation d'aide
- Un minimum de 3 ans de pratique
- Une maturité relationnelle et trdpondsnlr

CALENDRIER HORS DATE

- 8 modules espacés sur 3 mois
- 1 module tous les 15 jours, le samedi matin (en visio)
- 3 supervisions collectives en soirée
- Accompagnement individuel complémentaire possible (optionnel)

PLANNIN DES DATES SUR DEMANDE

LES DEUX FORMULES AU CHOIX

DEUX MANIÈRES DE S'INVESTIR

Deux formats, selon votre projet
Parce que chaque chemin est unique, vous avez la possibilité de choisir la manière dont vous souhaitez vivre cette formation.

La formation reste la même : seule l'implication dans la plateforme et l'accès aux ressources différencient les deux formules.



FORMULE PLATEFORME

02.

Pour celles et ceux qui souhaitent s'impliquer dans le développement de Cœur à Corps : accompagner sur la plateforme, contribuer à ses contenus, rejoindre une dynamique de formation continue et de collaboration active.

Cette formule inclut un engagement en tant que coach à 30 % sur la plateforme

- Formule CAC – 850 €
- Avec engagement sur la plateforme Cœur à Corps
- 24h de formation + 4,5h de supervision
- Intégration au réseau des coaches CAC, avec accès aux outils, espaces, missions
- 1 an offert sur l'Espace 180

FORMULE LIBRE

03.

Pour celles et ceux qui veulent s'approprier cette formation à leur manière : enrichir leur posture, nourrir leur pratique actuelle, ou cheminer dans un cadre personnel.

Cette formule n'implique aucun engagement dans la plateforme.

- Formule Libre – 1200 €
- Sans engagement sur la plateforme
- 24h de formation + option de supervision sur demande
- 1 an offert sur l'Espace 180



COEUR À CORPS

www.coeur-a-corps.org

Formation

Anne Yvonne Racine

Formation Coeur à Corps