



PROGRAMME

PRATICIEN PRÉPARATION MENTALE



CATALOGUE 2022

SOMMAIRE

→ Présentation Praticien Préparation Mentale	3
→ Durée, tarifs et objectifs pédagogiques	4
→ Public et pré-requis	5
→ Programme de formation	6
→ Moyens pédagogiques	7
→ Evaluation et certification	8
→ Ce qu'en disent nos stagiaires	9
→ Soirées découvertes	10
→ Notre communauté	10
→ Des questions ?	10
→ Formations	11
→ IFFTb	12-14
→ Dates 2022 et tarifs	15-16
→ Contact	17



➔ Quel est le point commun entre **Novak Djokovic, Serena Williams, Tiger Woods, Michael Jordan, Michael Phelps ou encore Amélie Mauresmo** ?

Ils font partie des **plus grands sportifs de tous les temps**, et ont un **mental d'acier**... qu'ils ont cultivé avec un préparateur mental.

Dans le sport comme dans le monde de l'entreprise, il faut être performant, rapidement et le plus longtemps possible. La différence se fait souvent sur des détails. Et ces détails sont "dans la tête".

Pourquoi s'entraîner sur le plan physique, technique, tactique, stratégique, et délaissé l'aspect mental ?

En fait, dans chaque situation il existe 2 combats :

- **le premier se joue à l'extérieur**, contre un adversaire
- **le deuxième, beaucoup plus important, se joue lui à l'intérieur, avec ou contre soi-même...**

S'il est évident que l'on n'a aucune prise sur la performance d'un adversaire, ou même de la météo, et des conditions extérieures en général, **on a en revanche un pouvoir complet sur ce qui se passe à l'intérieur de nous. Le facteur clé de la performance se situe ici.**

De plus en plus de sportifs et de dirigeants d'entreprise **ont compris l'intérêt de se faire accompagner pour être plus heureux**, plus performants, plus efficaces.

La préparation mentale est en plein essor et la France compte bien rattraper son retard à ce sujet sur ses voisins anglo-saxons et scandinaves notamment.

La formation de l'IFFTB a l'immense avantage d'être dispensée par d'anciens **sportifs professionnels** qui connaissent précisément **toutes les exigences du sport de haut niveau.**

De plus, la formation en préparation mentale de l'IFFTB se distingue par son approche orientée terrain. C'est pourquoi **chaque stagiaire accompagnera un sportif de haut niveau pendant le cursus de formation.**

C'est pour nous, **la meilleure façon de vous préparer à ce métier en mettant directement en application tous les concepts étudiés.**

C'est aussi un **moyen très efficace pour développer votre réseau et vous apporter rapidement une clientèle de qualité.**

➔ Cette formation de préparateur mental est **l'outil idéal pour élargir votre offre commerciale et accéder à l'excellence.**

M'INSCRIRE À LA FORMATION

DURÉE

La formation se déroule en présentiel **sur une durée de 8 jours, en 2 modules de 4 jours avec un jour de pause.**

Les **journées se déroulent de 9h à 18h** avec une pause durant la matinée, une pause pour le déjeuner le midi et une pause durant l'après-midi.

TARIFS

Entreprises : 2948,00€ TTC

Particuliers (-35%) : 1916,00 € TTC

Les repas et hébergements ne sont pas inclus dans la formation et sont à organiser individuellement.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- A l'issue de ce cursus, vous **avez la capacité d'analyser la pratique de vos clients pour identifier les points de contre-performance afin d'adapter un outil** au besoin de votre client.
- Vous serez à même d'accompagner la **performance de votre client sur l'aspect mental et agirez pour rendre ses entraînements beaucoup plus efficaces.**
- Vous saurez définir un **planning de préparation mentale et identifier les grandes phases à suivre** telles que provoquer, rassurer, motiver ou développer.
- Vous disposerez enfin d'une batterie d'exercices pour **intervenir au sein d'une équipe pour créer ou renforcer la cohésion de groupe.**

M'INSCRIRE À LA FORMATION

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS

Cette formation s'adresse aux personnes qui désirent acquérir et intégrer à leur pratique actuelle ou future les outils de préparation mentale.

La formation de praticien en programmation neuro-linguistique est un pré-requis obligatoire.



Praticien PNL



En cas de situation de handicap nécessitant des adaptations spécifiques, contactez le référent PSH à psh@iffbtb.com.

M'INSCRIRE À LA FORMATION

64 HEURES

Accrédité
par l'IHBTA



Module 1 (4 jours)

Les bases de la préparation mentale

➔ 1 - Psychologie du SHN et de la performance

Le Modèle de la Performance Mentale (MPM)
Profilage psychologique du sportif de haut-niveau
Trouver sa place en tant que PM dans le staff (club, fédération)
L'équation $P = P - I$ de la performance

➔ 2 - Stress de sous-motivation et surpression

Les 5 scénarios universels du PAD
Lutter contre le stress de sous-motivation et de surpression
Amener le sportif dans la zone de fluidité (FLOW)
Transformation et assimilation de croyance par mentoring

➔ 3 - Définir des objectifs pertinents

Les 8P de l'objectif
Planification stratégique de la réussite
Le protocole de la salle de réalisation
Zone de confort, zone d'inconfort

➔ 4 - Améliorer l'estime du SHN

Comprendre la construction de l'estime
Agir sur les leviers de l'estime
Modélisation de l'idole
Le protocole de la pyramide de la fierté

Module 2 (4 jours)

Principes avancés de préparation mentale

➔ 5 - Réguler le niveau d'énergie du client

Augmenter le niveau d'énergie à l'approche d'une compétition
Le protocole du feu intérieur
Réduire le niveau d'énergie post-entraînement
Imagerie de guérison & Imagerie de récupération

➔ 6 - Emotions parasitantes et facilitantes

Définir les émotions parasitantes et les émotions facilitantes
Roue des émotions, roue de la performance
Jeu vs Enjeu : le protocole de dissipation instantanée du stress
La matrice PAP

➔ 7 - Approches motivationnelles & Concentration

Principe de réactance et TNC
Transcender le client avec des métaprogrammes
Destructeur de discours interne dévalorisant (3D)
Routine de concentration (méthode MIEU)

➔ 8 - Vers une approche multidimensionnelle d'excellence

Construire un discours d'avant match d'excellence
L'attitude GUIDE & management d'un groupe
Feedback avancé, autofeedback et valorisation
Identifier une variable critique et l'exploiter

MOYENS PÉDAGOGIQUES

1 Méthode participative et active

Alternance entre apports théoriques et mises en pratique complétés par de nombreux exercices d'entraînements pour faciliter l'apprentissage

2

3 Apprentissage de protocoles prêts à être utilisés dès le lendemain de votre formation

Remise d'un support de cours à chaque participant

4

5 Supervision des pratiques par le formateur.

Cette formation est l'occasion de **créer un réseau de partage et d'échanges** autour de **passions communes**

6

7 L'évaluation est continue pour que chacun progresse à son rythme.

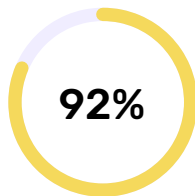
M'INSCRIRE À LA FORMATION

ÉVALUATION ET CERTIFICATION

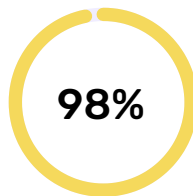
La formation de praticien en Préparation Mentale de l'IFFTB est certifiée.

La certification IHBTA porte sur 3 niveaux :

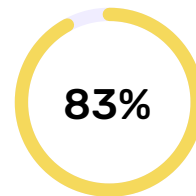
- Evaluation **sur vos connaissances théoriques** avec un questionnaire en fin de formation
- Evaluation **sur votre pratique** par le biais d'une évaluation continue tout au long de votre formation
- Evaluation **sur la prise en charge** d'une séance de préparation mentale



de taux de réussite



de taux de satisfaction



ont vu leurs attentes dépassées

M'INSCRIRE À LA FORMATION

CE QU'EN DISENT NOS STAGIAIRES

Laurence

« Je suis heureuse d'avoir pu rencontrer de belles personnes qui m'ont apporté de nouveaux points de vue. Cette nouvelle approche de la thérapie me plaît. Très bien, rien à redire, que du bien. »

Valérie

« Tony est quelqu'un d'ultra pédagogue, impactant, ce qui rend le cours vivant, et permet la mémorisation ! J'ai reçu ce que j'attendais. La pédagogie : du grand théâtre ! Parfait. »

Frédéric

« Tout est très vivant ! Super formation ! Formateur bienveillant, pédagogique, et à l'écoute. Merci à vous tous. »

Bénédicte

« Ce que j'ai adoré c'est l'humour et la bienveillance du formateur. Pas de piste d'amélioration, la formation est géniale ! Bon rythme, supports clairs et pertinents. Le formateur est un véritable showman, confiant et captivant. »

Olivier

« Formateur au top, attentionné avec chaque élève. Beaucoup d'humour et de sympathie. Toujours le mot pour rire, ce qui n'enlève évidemment rien au côté rigoureux et pro de la formation. »

Christian

« J'attendais beaucoup de pratique et je suis ravi ! Merci »

Sandy

« J'attendais une formation professionnelle et professionnalisante : je repars avec un certificat, de superbes compétences transversales que je peux mettre en oeuvre dans de multiples domaines et situations (entreprise, thérapie, coaching, relations avec mes enfants, ...). Excellent formateur, Sébastien a de l'humour, est bienveillant et performant. »

Anne-Julie

« Le rythme théorie / cas pratiques est super. La formation est dense mais digeste grâce à Tony. Quel professionnel ! Merci »

Béatrice

« Je cherchais à améliorer et perfectionner ma pratique, objectif réalisé. Merci »

Laure

« Super pédagogie et les valeurs de l'I2FTB sont en accord avec les miennes ! Merci »

DÉCOUVREZ NOTRE LIVRE D'OR

Pour découvrir l'hypnose ericksonienne, la programmation neuro-linguistique, la thérapie d'impact, et les thérapies brèves d'une manière plus générale, l'I2FTB vous propose des soirées découverte.

→ **Contactez-nous pour connaître les prochaines dates proches de chez vous.**



DES QUESTIONS ?

Nous sommes là pour vous orienter.

Notre équipe est à votre écoute pour vous aider à choisir la formation qu'il vous faut, **du lundi au vendredi de 9h à 17h**, heure en France métropolitaine

→ **Nous écrire : contact@iffbtb.com**

→ **Nous appeler : 09 86 87 90 37**

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ

Catalogue de formations de l'I2FTB

HYPNOSE

PNL

THÉRAPIE BRÈVES

PNL & APPRENTISSAGE

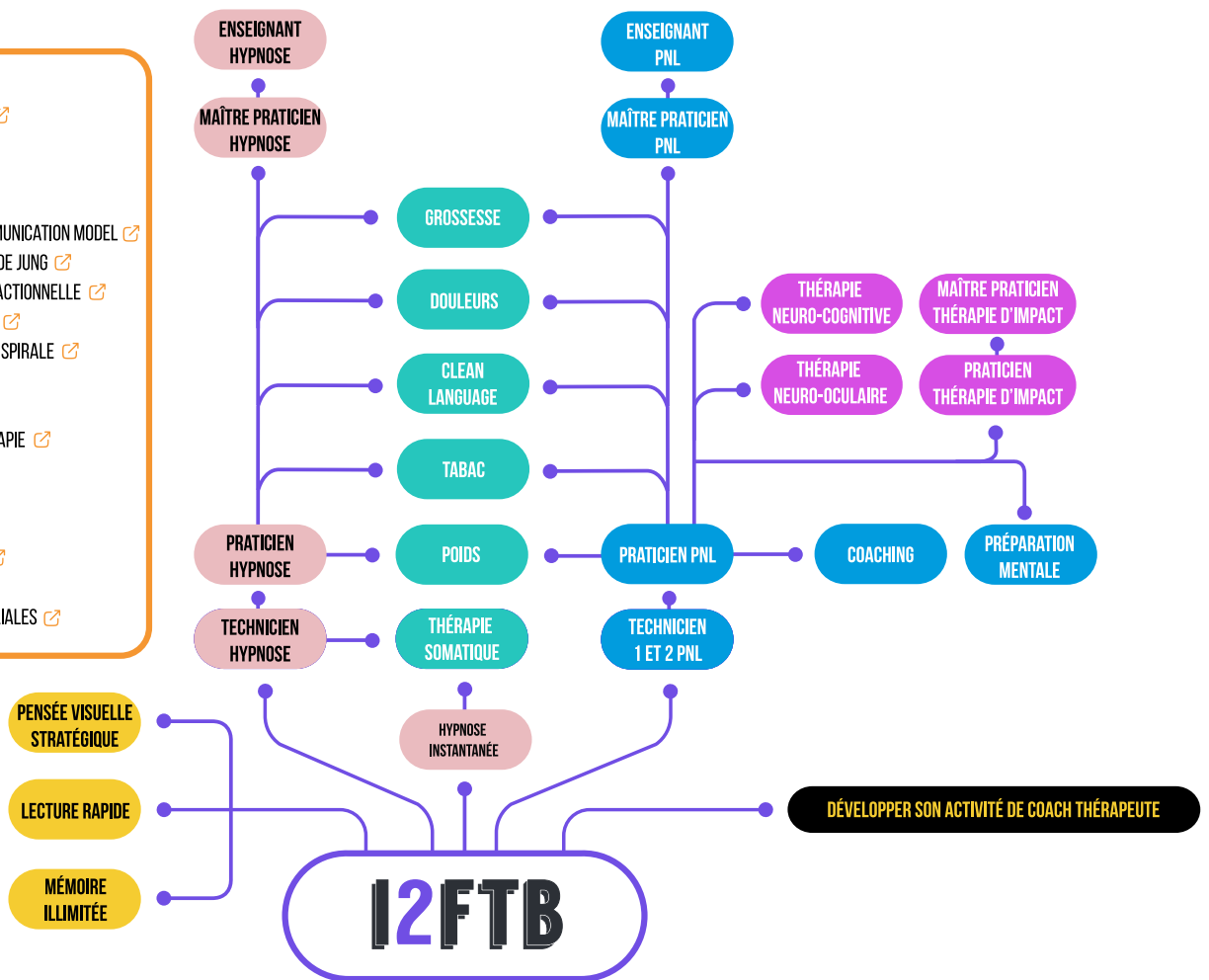
SPÉCIALISATION

EXPERTISES

EXPERTISES

- PSYCHOPATHOLOGIE
- COMMUNICATION NON VIOLENTE
- COACH ENNÉAGRAMME
- COACHER AVEC LES COULEURS
- COACH IKIGAI & MISSION DE VIE
- COACHER AVEC LA PROCESS COMMUNICATION MODEL
- COACHER AVEC LES ARCHÉTYPES DE JUNG
- COACHER AVEC L'ANALYSE TRANSACTIONNELLE
- COACHER AVEC LE HUMAN DESIGN
- COACHER AVEC LA DYNAMIQUE EN SPIRALE
- COACHING SCOLAIRE
- COACHING PARENTAL
- COACHING CONJUGAL & SEXOTHÉRAPIE
- LUDOCOACHING
- COACHING GÉNÉRATIF
- COACHING ITÉRATIF
- COACHING SANTÉ & BIOHACKING
- COACHING LEADERSHIP
- COACHING CONSTELLATIONS FAMILIALES

DÉVELOPPER SON CENTRE DE FORMATION



Réalisez votre rêve de devenir thérapeute

Hypnose | PNL | Thérapie d'impact | Thérapies brèves

Nos prochaines dates de formations



Choisissez I2FTB, choisissez vos succès

Excellence pédagogique

Nos formateurs sont reconnus pour leur capacité à transmettre avec facilité et bienveillance leur passion des thérapies brèves.

Formations certifiantes

Nos formations sont certifiées par des fédérations internationales.

Satisfait ou remboursé

La qualité est notre priorité, c'est pourquoi nous vous offrons une garantie satisfait ou remboursé sans condition.

Révision gratuite 5 ans

Pour consolider vos acquis et vous perfectionner, vous pouvez refaire gratuitement chaque formation pendant 5 ans

Financement 100%

Nos formations sont reconnues par l'état et de ce fait vous pouvez financer jusqu'à 100% de vos formations avec le CPF

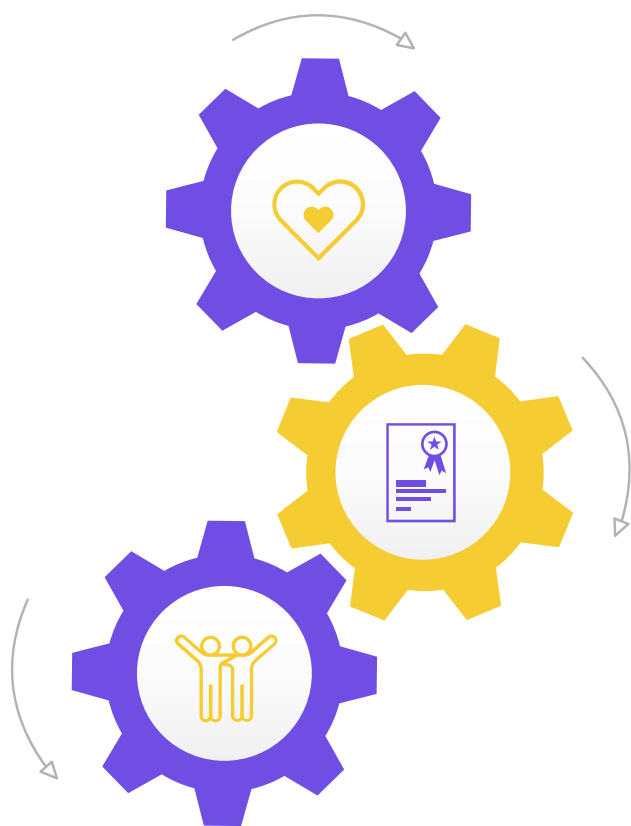
Aide à l'installation

Nous vous accompagnons sur l'aspect commercial de votre métier jusqu'à ce que votre activité devienne rentable

NOS VALEURS

PASSION

La volonté de l'I2FTB est de vous transmettre sa passion des thérapies brèves, de la psychologie et plus généralement de l'être humain, avec humour, sympathie et professionnalisme.



EXCELLENCE

Avec une enclave forte dans le monde du sport de haut-niveau, l'I2FTB a pour ambition d'exceller et de former ses stagiaires dans un environnement d'excellence. Cette quête d'excellence est en lien avec la volonté de progresser chaque jour, et de mettre en oeuvre la philosophie

PARTAGE

Le bonheur est quelque chose qui se multiplie quand il se divise. La connaissance et le savoir aussi. Nous avons à cœur de vous partager nos savoir, nos savoir-faire, ainsi que nos savoir-être, et ce avec bienveillance.

Nous vous formons aux 2 facettes du métier de thérapeute

La partie thérapeutique

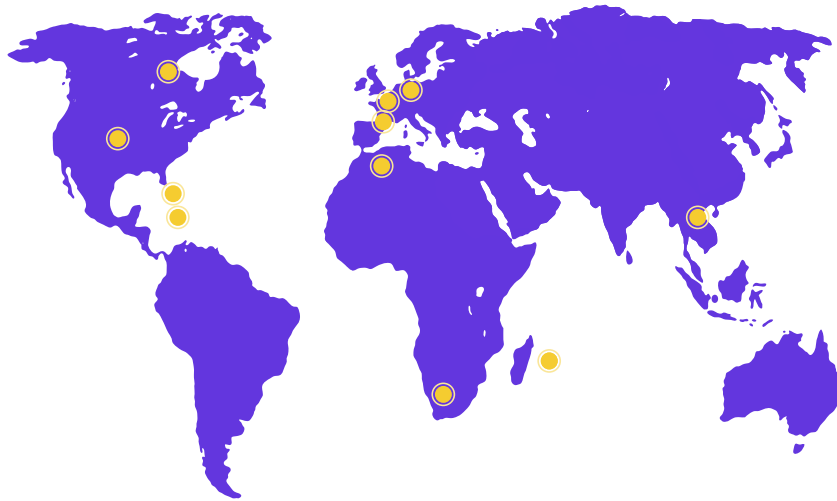
Hypnose - PNL
Thérapie d'impact
Spécialités



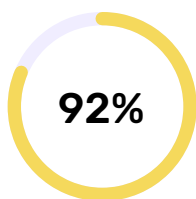
La partie entrepreneuriale

Hypnose - PNL
Thérapie d'impact
Spécialités

I2FTB en quelques chiffres

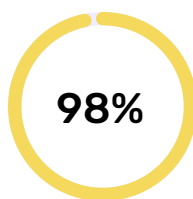


+ de 5000 stagiaires formés



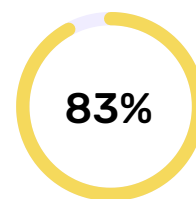
92%

de taux de réussite



98%

de taux de satisfaction



83%

ont vu leurs attentes dépassées

DATES 2022 & TARIFS

FÉVRIER

Du 25 au 27 Février - Formation Praticien en hypnose instantannée

Entreprise : 737€ TTC - Particulier (-35%) : 479€ TTC

MARS

Du 7 au 11 Mars, du 14 au 18 Mars et du 21 au 25 Mars - Formation Praticien intensif en PNL

Entreprise : 5527.5€ TTC - Particulier (-35%) : 3592.5€ TTC

AVRIL

Du 2 au 5 Avril et du 7 au 10 Avril - Formation Praticien en Thérapie d'impact

Entreprise : 2948€ TTC - Particulier (-35%) : 1916€ TTC

Du 09 au 12 Avril - Formation Technicien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 12 au 13 Avril - Formation Praticien spécialisé en Accompagnement Grossesse

Entreprise : 737€ TTC - Particulier (-35%) : 479€ TTC

Du 14 au 17 Avril et du 19 au 22 Avril - Formation Praticien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 16 au 19 Avril, du 21 au 24 Avril et du 26 au 29 Avril - Formation Maître Praticien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 4416€ TTC - Particulier (-35%) : 2874€ TTC

MAI

Du 09 au 12 Mai - Formation Technicien 1 en PNL

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 16 au 19 Mai - Formation Technicien 2 en PNL

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 09 au 13 Mai, du 16 au 20 Mai et du 23 au 27 Mai - Formation Praticien intensif en PNL

Entreprise : 5527.5€ TTC - Particulier (-35%) : 3592.5€ TTC

Du 23 au 26 Mai et du 28 au 31 Mai - Formation Praticien en Thérapie neuro-oculaire (TNO)

Entreprise : 2948€ TTC - Particulier (-35%) : 1916€ TTC

Du 19 au 20 Mai et du 23 au 27 Mai - Formation Praticien en PNL

Entreprise : 2948€ TTC - Particulier (-35%) : 1916€ TTC

JUIN

Du 04 au 07 Juin - Formation Technicien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 09 au 12 Juin et du 14 au 17 Juin - Formation Praticien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 2948€ TTC - Particulier (-35%) : 1916€ TTC

JUILLET

Du 9 au 12 Juillet - Formation Technicien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 11 au 15 Juillet, du 18 au 22 Juillet et du 25 au 29 Juillet - Formation Praticien intensif en PNL

Entreprise : 5527.5€ TTC - Particulier (-35%) : 3592.5€ TTC

Du 14 au 17 Juillet et du 19 au 22 Juillet - Formation Praticien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 2948€ TTC - Particulier (-35%) : 1916€ TTC

DATES 2022 & TARIFS

AOÛT

Du 6 au 9 Août, du 11 au 14 Août et du 16 au 19 Août - Formation Maître Praticien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 4416€ TTC - Particulier (-35%) : 2874€ TTC

Du 8 au 12 Août, du 15 au 19 Août et du 22 au 26 Août - Formation Maître Praticien en PNL

Entreprise : 5527.5€ TTC - Particulier (-35%) : 3592.5€ TTC

Du 13 au 16 Août et du 18 au 21 Août - Formation Praticien en Thérapie d'impact

Entreprise : 2948€ TTC - Particulier (-35%) : 1916€ TTC

SEPTEMBRE

Du 5 au 9 Septembre, du 12 au 16 Septembre et du 19 au 23 Septembre - Formation Coach

Entreprise : 5527.5€ TTC - Particulier (-35%) : 3592.5€ TTC

Du 10 au 13 Septembre - Formation Technicien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 10 au 13 Septembre - Formation Technicien 1 en PNL

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 15 au 18 Septembre et du 20 au 23 Septembre - Formation Praticien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 2948€ TTC - Particulier (-35%) : 1916€ TTC

OCTOBRE

Du 8 au 11 Octobre et du 13 au 16 Octobre - Formation Praticien en PNL

Entreprise : 2948€ TTC - Particulier (-35%) : 1916€ TTC

Du 10 au 13 Octobre - Formation Spécialité Poids & Anneau Gastrique

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 15 au 16 Octobre - Formation Spécialité Tabac

Entreprise : 737€ TTC - Particulier (-35%) : 479€ TTC

NOVEMBRE

Du 07 au 10 Novembre et du 12 au 15 Novembre - Formation Praticien en Thérapie neuro-oculaire (TNO)

Entreprise : 2948€ TTC - Particulier (-35%) : 1916€ TTC

Du 19 au 22 Novembre et du 24 au 27 Novembre - Formation Praticien en Thérapie d'impact

Entreprise : 2948€ TTC - Particulier (-35%) : 1916€ TTC

DÉCEMBRE

Du 03 au 06 Décembre - Formation Technicien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 03 au 06 Décembre - Formation Technicien 1 en PNL

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 08 au 11 Décembre - Formation Technicien 2 en PNL

Entreprise : 1474€ TTC - Particulier (-35%) : 958€ TTC

Du 08 au 11 Décembre et du 13 au 16 Décembre - Formation Praticien en Hypnose Ericksonienne

Entreprise : 2948€ TTC - Particulier (-35%) : 1916€ TTC



NOUS CONTACTER

Nous sommes là pour vous orienter.

Notre équipe est à votre écoute pour vous aider à choisir la formation qu'il vous faut, **du lundi au vendredi de 9h à 17h**, heure en France métropolitaine

→ Nous écrire : contact@ifftb.com

→ Nous appeler : 09 86 87 90 37