



**CÉGEP DE  
ROSEMONT**

*Activité de perfectionnement*

*Département d'acupuncture*

**SE CONNAÎTRE POUR MIEUX ACCOMPAGNER ET BÂTIR UNE  
PRATIQUE PROFESSIONNELLE RICHE, HUMAINE ET ALIGNÉE**

**24 et 25 octobre 2026**

**Formateur/Formatrice :**

Annie Dubois, Ac.

**Durée :**

15 heures

**Horaire :**

8h30 à 17h

**Lieu :**

Cégep de Rosemont

**Coût :**

500\$

Gradué-es 2025-2026 :  
400\$ (places limitées)

**Description :**

Cette formation propose une exploration du savoir-être professionnel de l'acupuncteur à partir d'un postulat central : la qualité de la relation thérapeutique repose d'abord sur la qualité de la relation que le praticien entretient avec lui-même.

Dans la pratique clinique, le thérapeute n'entre pas seulement en relation avec ses connaissances techniques, mais aussi avec ses valeurs, ses réactions, ses émotions, ses mécanismes internes et sa capacité de présence. Plus il se connaît, plus il est en mesure d'accompagner l'autre avec justesse, clarté, authenticité et sensibilité.

Cette formation s'adresse aux acupuncteurs en début de pratique comme aux praticiens plus expérimentés qui souhaitent approfondir leur posture professionnelle, renforcer leur capacité relationnelle et consolider les bases d'une pratique durablement satisfaisante sur le plan humain.

**Objectifs :**

À l'issue de la formation, les participant-es seront en mesure de :

- mieux se connaître dans leur posture de thérapeute;
- reconnaître certains de leurs mécanismes internes en contexte relationnel;
- mieux comprendre l'impact de leurs émotions, réactions et automatismes sur la relation thérapeutique;
- développer une présence plus consciente, plus stable et plus authentique;
- établir un lien de confiance plus solide avec leur clientèle;
- agir avec plus de tact, de clarté et de cohérence dans des situations délicates de la pratique.

**Contenu :**

La formation aborde notamment les thèmes suivants :

- le savoir-être professionnel en acupuncture;
- la connaissance de soi comme fondement de la posture clinique;
- les valeurs personnelles et la cohérence intérieure;
- les mécanismes internes du thérapeute;
- la vulnérabilité, l'agilité émotionnelle et l'auto-compassion;
- la qualité de présence et la relation de confiance;
- les limites relationnelles et la juste distance professionnelle;
- la communication empathique avec les patients et entre collègues;
- l'intégration concrète des apprentissages dans la pratique quotidienne.

Des situations réelles issues du milieu clinique et de l'enseignement serviront également de points d'appui pour la réflexion.

**Modalités :**

La formation privilégie une approche expérientielle, réflexive et interactive.

Les méthodes proposées incluent :

- exposés interactifs;
- réflexions guidées;
- exercices introspectifs;
- discussions en dyades et en petits groupes;
- études de cas;
- cercles de partage;
- pratiques guidées d'auto-observation et d'auto-compassion;
- intégration écrite et plan d'action personnel.

**Attestation :**

Une attestation de réussite donnant 1,5 UEC sera émise par le Collège de Rosemont à tous les participants ayant complété la formation par la réussite de l'évaluation et la confirmation de leur présence dans un ratio de 80%.

**Politique d'annulation :**

La politique d'annulation est stricte : toute annulation doit être faite par écrit ou par courriel à l'attention de « Département d'acupuncture – Formation continue en acupuncture » à l'adresse suivante : 6400 16e avenue Montréal H1X 2S9, ou via courriel [fcacupuncture@crosemont.qc.ca](mailto:fcacupuncture@crosemont.qc.ca) au minimum 3 semaines avant la date de la formation. Pour toute annulation faite après cette date, aucun remboursement possible. Toutefois, si le collège annule l'activité, la totalité du montant sera remboursée.

### À propos du formateur/de la formatrice :

#### **Annie Dubois, Ac.**

Acupuntrice et membre de l'Ordre des acupuncteurs du Québec depuis 1995, Annie Dubois s'est impliquée durant plus de vingt ans au sein de son ordre professionnel. Elle en a notamment assumé la présidence de 2020 à 2023. En 2014, elle a cocréé le programme de mentorat de l'Ordre, dont elle a assuré la coordination et le rôle de mentor sur une période de quatre ans. Son engagement a d'ailleurs été souligné en 2013 par le prix Mérite du Conseil interprofessionnel du Québec.

Parallèlement à sa pratique d'acupuncture à la Clinique de santé de Charny, dont elle est propriétaire, et à son implication à l'Ordre des acupuncteurs du Québec, elle a approfondi ses connaissances de la psyché humaine à travers un parcours atypique et révélateur. Détentrice d'une certification en coaching PNL, formée en neurosciences et à l'approche des « 5 grands rêves de vie » de John Strelecky, ce bagage lui permet d'allier une compréhension scientifique moderne aux notions ancestrales de la médecine chinoise. Pour elle, le corps est le reflet fidèle de l'esprit ; le mouvement de la psyché et celui de l'énergie sont indissociables. » Cette vision globale repose sur une conviction : on ne peut véritablement accueillir la complexité de l'autre sans avoir d'abord exploré la sienne.

Son expertise est aujourd'hui sollicitée par le milieu académique, notamment au Cégep de Rosemont, pour son approche distinctive du savoir-être professionnel. S'appuyant sur les travaux de leaders de pensée tels que Brené Brown, Susan David et René Villemure, et sur son expérience au sein de l'Ordre, Annie oriente son enseignement vers le développement d'une posture relationnelle authentique. Elle considère que la connaissance de soi, du fonctionnement de la psyché et l'agilité émotionnelle sont les assises indispensables d'une pratique riche, humaine et durable.

### Répartition des heures par module

Module	Titre	Durée
1	Le savoir-être professionnel : se situer comme thérapeute	2 h
2	Se connaître : valeurs, identité professionnelle et cohérence intérieure	3 h
3	Reconnaître ses mécanismes internes : émotions, vulnérabilité et réactions automatiques	4 h
4	Développer une présence intérieure stable : auto-compassion, régulation et humanité	3 h
5	De la connaissance de soi à la relation de confiance	3 h
<b>Total</b>		<b>15 h</b>

## Horaire détaillé de la fin de semaine

### Formation de 15 heures

*Se connaître pour mieux accompagner et bâtir une pratique professionnelle riche, humaine et alignée*

#### Jour 1 — Se situer, se connaître et reconnaître ses mécanismes

---

Heure	Contenu	Modalité pédagogique
8 h 30	Accueil des participants, présentation du déroulement, création du cadre relationnel, tour d'arrivée	Accueil, présentation, échange en groupe
9 h 00	Module 1 — Le savoir-être professionnel (partie 1) : savoir-faire, savoir-être, posture professionnelle; lien entre présence, qualité du soin et confiance	Exposé interactif, échanges
10 h 15	Pause	
10 h 30	Module 1 — Le savoir-être professionnel (partie 2) : se situer comme thérapeute, réflexion sur ce qui inspire confiance dans la relation clinique	Études de situations, discussion en groupe
11 h 30	Module 2 — Valeurs et cohérence intérieure (partie 1) : introduction aux valeurs comme boussole professionnelle	Exposé interactif, réflexion individuelle
12 h 30	Dîner	
13 h 30	Module 2 — Valeurs et cohérence intérieure (partie 2) : atelier <i>Mes 7 valeurs essentielles</i> , priorisation, réflexion sur le thérapeute que je souhaite être	Exercice introspectif, écriture, partage
14 h 45	Pause	
15 h 00	Module 3 — Reconnaître ses mécanismes internes (partie 1) : vulnérabilité, émotions, réactions automatiques, mécanismes fréquents chez les thérapeutes	Exposé interactif, réflexion guidée
16 h 15	Module 3 — Reconnaître ses mécanismes internes (partie 2) : <i>Carte émotionnelle du thérapeute</i> , premiers partages et intégration de la journée	Exercice expérientiel, dyades, retour en groupe

---

## Jour 2 — S’habiter avec plus de justesse et transposer cela dans la relation thérapeutique

---

Heure	Contenu	Modalité pédagogique
8 h 30	Accueil, retour sur la première journée, partage des résonances et mise en disponibilité intérieure	Échange en groupe, intégration
9 h 00	Module 3 — Agilité émotionnelle (partie 3) : émotions comme information, baromètre émotionnel, réponse alignée vs réaction automatique	Exposé interactif, exercice réflexif
10 h 15	Pause	
10 h 30	Module 3 — Agilité émotionnelle (partie 4) : <i>Les crochets émotionnels</i> , situations déclencheuses en clinique, mise en commun	Exercice appliqué, discussion en groupe
11 h 30	Module 4 — Auto-compassion et stabilité intérieure (partie 1) : autocritique, humanité commune, bienveillance envers soi	Exposé interactif, réflexion guidée
12 h 30	Dîner	
13 h 30	Module 4 — Auto-compassion et stabilité intérieure (partie 2) : pratique guidée <i>La main sur le cœur</i> , écriture <i>Lettre à soi-même</i>	Pratique guidée, écriture introspective
14 h 30	Pause	
14 h 45	Module 5 — De la connaissance de soi à la relation de confiance (partie 1) : accueil, consentement, juste distance, communication, situations délicates en clinique et entre collègues	Études de cas, discussion, intégration
16 h 00	Module 5 — Intégration finale (partie 2) : plan d’action personnel, engagement concret pour la pratique	Écriture, dyades, intégration
16 h 45	Clôture de la formation, retour sur les apprentissages, dernier tour de parole	Retour en groupe, clôture

---