

## ENRICHIR ET AJUSTER SA PRATIQUE PROFESSIONNELLE

*Enrichir sa pratique d'accompagnement*

### ÉCOUTER AUTREMENT AVEC LE FOCUSING

Comment mieux définir le Focusing qu'au travers une citation d'Eugen Gendlin, collaborateur de Carls Rogers et fondateur de la méthode :

« Le Focusing est une manière d'être en communication avec soi-même à travers la sensation ».

#### PUBLICS :

Tout professionnel de l'accompagnement pratiquant l'écoute active : coachs, psychologues cliniciens, éducateurs, formateurs, thérapeutes,...

Le praticien par le biais du Focusing, accompagne la personne à faire l'expérience de soi-même. Par une attention très fine portée au corps et à son langage, elle facilite l'accompagnement de problématiques dans lesquelles « la tête a du mal à y voir clair ».

L'approche du Focusing peut être proposée en individuel et en groupe.

#### PRÉ-REQUIS

Avoir de solides compétences en écoute active en ayant par exemple validé le CU FCICS ou équivalent.

#### OBJECTIFS

- Savoir écouter et accompagner au-delà des mots
- Passer de l'écoute des mots à l'écoute corporelle (explicite/implicite)
- Savoir écouter et entendre les messages corporels en vue de développer une écoute subtile
- Se familiariser avec le protocole propre à un processus d'accompagnement en Focusing
- S'entraîner à accompagner dans une démarche d'écoute centrée sur le ressenti intérieur (exercices d'écoute)

#### CONTENU

- Définitions et champs d'application du Focusing au sein d'un accompagnement,
- Les différents concepts propres au Focusing (Sens corporel, Expérencing, implicite/explicite, lieu d'évaluation interne...)
- Le protocole d'accompagnement en Focusing – ses différentes étapes
- L'autofocusing
- Les spécificités de l'écoute par le biais du Focusing

#### MOYENS PÉDAGOGIQUES

Les temps d'apprentissage alterneront entre :

- Apports théoriques
- Mises en expérience
- Entraînements à l'appropriation du protocole d'accompagnement en Focusing
- Ateliers d'écoute

21h - 3 jours