

Formation au Focusing

- CYCLE 1 -

Nantes - septembre 2024 à mars 2025

Le Focusing a été développé par Eugene Gendlin dans le cadre des recherches sur le changement au cours de la psychothérapie. Ces travaux ont participé activement à l'évolution de la théorie de la thérapie centrée-sur-la-personne de Carl Rogers.

Il est à l'origine des concepts « d'experiencing », de « focusing » et de « sens corporel ».

Par ses recherches, Eugene Gendlin a contribué à faire reconnaître la place du corps et du processus expérientiel du client dans la psychothérapie. Il a ainsi montré que, selon le degré de contact du client avec l'experiencing, le changement thérapeutique advient plus ou moins. Il a développé une manière de faciliter ce contact où le corps à son rôle à jouer.

L'intérêt pour le thérapeute, en se familiarisant avec l'experiencing, est de permettre à son client d'entrer plus facilement dans sa propre expérience. En plus de lui offrir un espace pour raconter les événements, réfléchir, exprimer ses émotions, il lui permet de trouver les ressources pour rester à cette frontière d'où émergent de nouveaux processus.

Eugene Gendlin a aussi montré comment cette dimension expérientielle vient enrichir toutes les approches thérapeutiques existantes.

C'est dans cet esprit que nous proposons cette formation : Les participants y trouveront de quoi approfondir leur compréhension du processus du client*, et nourrir leur présence de thérapeute.

Anne-Claire Maudet & Vincent Van Mingeroet

À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- Psychopraticiens(nes) dans l'Approche-Centree-sur-la-Personne,
- Thérapeutes d'autres approches humanistes,
- Autres thérapeutes et professionnels (elles) de la relation d'aide (kinésithérapeutes, ostéopathes, praticien Feldenkrais etc)
- Bénévoles formés à la relation d'aide (exemple JALMALV, SOS Amitié)

OBJECTIFS DU CYCLE 1

- Apprendre la méthode du Focusing
- Comprendre de quel corps on parle dans le processus du Focusing
- Découvrir ses repères intérieurs personnels (la sensation, l'émotion, le sens corporel, le changement...)
- Se familiariser avec l'experiencing et ses différentes expressions
- Découvrir le fonctionnement implicite (la logique du monde intérieur)
- Se sensibiliser aux enjeux liés à l'utilisation du Focusing en thérapie.

CONTENU DU CYCLE 1

- L'origine du focusing
- Sa spécificité
- Le fonctionnement implicite et l'« experiencing »
- La méthode du focusing
- Accompagner le changement
- Le travail avec le critique intérieur
- « Dégager un espace »
- « La Question » dans le focusing
- Les attitudes intérieures qui permettent le focusing
- Mise en place du « partenariat »* de focusing et supervision de groupe
- Sensibilisation à l'introduction du focusing dans une pratique professionnelle

PÉDAGOGIE

Alternance d'apports théoriques et d'échanges, d'exercices pratiques en duo et en groupe, et retours d'expérience.

Les concepts du Focusing sont développés à partir de la pratique et des expériences des participants. Un engagement personnel dans cette pratique est donc nécessaire au processus d'apprentissage.

Durant les intersessions, il est nécessaire d'avoir un temps de pratique et de participer à la supervision en ligne.

En fin de cycle, il est demandé à chaque participant de produire un écrit sur le processus de sa formation.

CADRE

Afin de garantir un cadre propice au processus d'apprentissage, les participants s'engagent à respecter la confidentialité des informations concernant les autres personnes.

Ce programme a comme premier objectif d'acquérir une expérience personnelle et une compréhension du Focusing suffisantes pour la pratique du partenariat. En second, il vise à sensibiliser à l'introduction du Focusing dans sa pratique professionnelle.

Ce premier niveau de formation ne permet pas d'utiliser le Focusing dans l'accompagnement des clients. L'apprentissage des étapes du Focusing et le partenariat* sont des moyens pédagogiques : ils ne constituent pas un protocole ou une technique adaptée avec des clients en thérapie.

Le Focusing demande du temps, et pour nous il est essentiel d'en acquérir une expérience personnelle suffisante à travers le partenariat avant de l'utiliser avec des clients.

Pour accompagner l'introduction du Focusing dans sa pratique professionnelle, un Cycle 2 est proposé (voir en dernière page).

Une attestation de participation est délivrée au participant qui a suivi activement toutes les journées et rendu son écrit.

LES FORMATEURS

Anne-Claire Maudet & Vincent Van Mingeroet ont été formés à l'utilisation du Focusing dans la psychothérapie et à son enseignement par Catherine Pichard (elle-même formée par Eugene Gendlin) et Marie-Anik Guyochet.

Je suis psychopraticienne dans l'Approche Centrée sur la Personne et en Focusing depuis 2013.

Le Focusing, je le découvre à travers ma thérapie personnelle : c'est une révélation, comme si "j'étais tombée dedans depuis toute petite".

Accompagner les personnes dans la sensibilité de leur monde intérieur me passionne. C'est, pour moi, une recherche fascinante et toujours source d'émerveillement de les aider à contacter, à laisser venir et émerger

ce que le corps à « incrusté » dans ses profondeurs. Enseigner et transmettre le Focusing est une autre manière d'approfondir ma compréhension.

Anne-Claire Maudet

Je suis psychopraticien dans l'Approche Centrée sur la Personne et le Focusing à Baud (56). Dans mon travail avec les adultes et les adolescents, j'aime m'engager avec sensibilité et offrir une relation spacieuse et précise à la fois pour accompagner chaque personne sur son propre chemin.

Je suis sensible à la qualité vivante des interactions et pour cela le Focusing a été une grande découverte. Les travaux de Carl Rogers et Eugene Gendlin me donnent des repères précieux pour une éthique de la relation avec les personnes en souffrance.

J'ai été enseignant dans le secondaire et j'ai depuis beaucoup de joie à transmettre.

Vincent Van Mingeroet

MODALITÉS PRATIQUES

Dates :

21-22 septembre 2024, 16-17 novembre 2024, 18-19 janvier 2025, 08-09 mars 2025

1 Supervision en ligne entre chaque week-end : un jeudi de 17h à 19h30 (17/10, 12/12 et 13/02)

Horaires des week-ends:

Accueil 8h45

Le samedi 9h00 -18h00 / Le dimanche 9h00 - 17h00

Lieu : Nantes-Centre. L'adresse sera précisée ultérieurement. Il est possible d'apporter son pique-nique et de déjeuner sur place.

Tarif : 1280 €

Paiement échelonné possible par chèques remis lors du premier week-end.

Inscription :

Les personnes intéressées sont invitées à avoir un échange téléphonique avec un des formateurs.

L'inscription est effective dès la réception de la fiche d'inscription accompagnée d'un chèque d'acompte de 320€. La fiche d'inscription et le chèque d'acompte de 320€ (libellé à L'atelier intérieur) sont à envoyer à Association L'atelier intérieur 5 rue de l'étoile 56330 Camors.

Nombre : La formation a lieu à partir de 4 personnes (8 personnes maximum)

Contact :

focusing.fr@gmail.com

Anne-Claire Maudet 06 83 95 46 00

Vincent Van Mingeroet 06 32 35 98 28

* Dans l'Approche Centrée sur la Personne, le terme **Client** (plutôt que patient) est traditionnellement utilisé pour indiquer que la personne est actrice et décide : elle ne subit pas un traitement thérapeutique.

* Le **Partenariat** est un échange, ponctuel ou régulier, de temps d'écoute dédié au Focusing. Il se pratique entre deux personnes formées au Focusing, qui ont suffisamment d'autonomie pour être responsables de leur propre processus.

Cycle 2

Un cycle 2 est proposé aux personnes ayant une expérience personnelle suffisante du Focusing et souhaitant l'utiliser professionnellement. Début en septembre 2025.

Objectifs du Cycle 2 :

- Approfondir les différentes phases du Focusing
- Introduire progressivement le Focusing dans sa pratique professionnelle
- Découvrir les différentes manières d'utiliser le Focusing
- Comprendre l'importance du vécu expérientiel du client pour l'accompagner plus efficacement
- Se défaire progressivement de la *méthode* du Focusing et intégrer ses découvertes à sa présence thérapeutique (congruence, compréhension empathique et regard positif inconditionnel)
- Comprendre les enjeux éthiques et les travailler