

Formation IFEF Focusing trainer

Focusing trainer : Il s'agit de former des personnes à l'enseignement du focusing à un groupe. Le focusing est pratiqué selon la démarche ACP (Approche Centrée sur la Personne de Carl Rogers) basé sur les 3 attitudes facilitatrices (empathie, congruence, regard positif inconditionnel) et l'expérience de la tendance actualisante.

1 - Définition de la formation

Pré requis : être certifié praticien niveau 2 IFEF.

Dérogation : avoir le certificat praticien niveau 1, avoir suivi le cursus de formation praticien niveau 2 IFEF et s'engager à terminer les écrits de validation du niveau 2 dans l'année. Pour les personnes venant de l'extérieur, une équivalence sera accordée au cas par cas.

Objectif : apprendre à enseigner le Focusing à un groupe, participer à diffuser le Focusing dans l'approche ACP/Focusing.

Préparation : chaque étudiant devra constituer un groupe formé de 4 à 6 personnes auxquelles il dispensera une initiation au focusing. Il devra avoir un entretien préliminaire avec chaque participant. Cet enseignement sera gratuit. Une participation modique pourra être demandée (pour location de salle, distribution de documents...)

Durée de la formation :

Sur 1 an, 5 modules de 2 jours soit 16h.x10 =160h
Le dernier jour est consacré au bilan et à la certification.

2 - Organisation de la formation

La formation est principalement basée sur les travaux menées par les étudiants qui s'impliquent personnellement (expériences, réflexions, recherches, analyses,...). Ils sont accompagnés par un formateur confirmé.

Un principe de tutorat permet un suivi individuel de chaque projet.

Durant les rencontres :

Les étudiants

- réfléchissent à ce qu'ils considèrent comme essentiel dans le Focusing (aussi bien sur le plan théorique que pratique), et à ce qu'ils veulent transmettre à leurs stagiaires
- apportent leurs idées et ce qu'ils prévoient d'enseigner à partir de cette réflexion
- discutent en groupe de la façon dont ils vont structurer leur formation

Ils s'exercent à proposer des exercices de groupe et préparent des exposés sur des sujets traitant du Focusing dans la démarche ACP.

Lorsqu'ils ont commencé à prendre en charge leur propre groupe, les étudiants amènent leurs difficultés et réussites au sein de la formation afin d'en tirer profit.

Les étudiants sont encouragés à participer aux ateliers d'autres formateurs, et à d'autres formations (formation en modules, séminaire d'été...formations à l'étranger, Weeklong, Summerschool...)

Les formateurs soutiennent les étudiants dans la mise en place de leur programme. Ils participent aux discussions et apportent leur éclairage. Les échanges croisés sur ce qui est proposé sont au centre de la formation. De plus, ils leur apportent des éléments théoriques, méthodologiques et pédagogiques sur la gestion et la prise en charge des groupes.

Les journées de formation :

Les journées de formation sont structurées sur un même modèle (excepté la dernière consacrée à l'évaluation finale)

1. A chaque rencontre et à tour de rôle, les participants animent un exercice guidé qui sera apprécié et évalué de manière constructive par l'ensemble des participants et du formateur.
2. Ils présentent un exposé sur un sujet particulier ayant trait au Focusing (en références à des articles, compilations sur internet, chapitres de livres, livres...). Cette présentation servira de support pour discuter de points importants en référence à l'approche et à son application pratique pour l'animation des groupes.
3. D'autres thématiques seront abordées liées principalement :
 - à la dynamique et à la gestion des groupes
 - aux différents types d'apprentissages
 - à la conception d'une brochure et à la publicité pour leur activité future.

Les sessions incluent une évaluation expérientielle et une supervision sur la façon dont les étudiants considèrent leur progression dans la formation : quels sont leurs acquis, quels sont les points à travailler pour être prêt à enseigner de façon autonome en fin de formation ?

Travail personnel

Un travail personnel est demandé entre les sessions :

- préparation pour la session de formation suivante (exposé, exercice pratique)
- préparation des projets de formations et des différents ateliers dès la prise en charge des groupes extérieurs, compte-rendu et analyse des ateliers au fur et à mesure de leur déroulement
- conception de sa propre brochure
- écriture des textes de son propre site web
- lectures :
 - o textes fondateurs de l'ACP/Focusing
 - o documents et textes spécifiques

3 - Evaluation

Elle se fera essentiellement en continu :

- lors des journées de formation par la participation des étudiants, les animations d'ateliers, les exposés
- par les travaux rendus (compte-rendu et analyse de leurs propres ateliers)

Un rapport final sera rendu en fin de fin de formation qui fera valoir les acquis et bénéfices de la formation ainsi que leurs capacités à animer un groupe.

Eventuellement avoir terminé les écrits de validation du niveau 2.

4 - Programme détaillé de la formation

Module 1

Jour 1 :

- Autoportrait : se présenter devant un groupe
- Objectif d'un groupe de découverte du focusing : définir ce que je veux transmettre et ce que je souhaite faire acquérir à mes stagiaires (travail individuel et mise en commun)
- Mon projet de formation tel que je l'imagine aujourd'hui (réflexion personnelle, échange en groupe)
- Ebauche de mon programme de formation :
 - Objectif et structure du projet.
 - Les éléments essentiels pour une initiation au Focusing : quelles attitudes, méthodes, exercices pour aider les stagiaires à l'intégrer ?

Jour 2 :

- Poursuite de l'élaboration de mon programme de formation
- Les aspects pédagogiques de l'enseignement
Le cadre, annoncer le programme, l'importance de la consigne, l'énoncé de la consigne (verbale, visuelle..) les rappels, le projet (memoriser et se projeter dans la session suivante), équilibre entre pratique et théorie.
- Planification des exposés et exercices pour l'ensemble de la formation (ils seront présentés et expérimentés par les étudiants tout au long de la formation)

A faire pour la session 2 :

- *préparer le document pour démarrer son petit groupe expérimental (présentation, dates, lieux, durée, engagement...).*
- *préparer son exercice et son exposé*

Module 2

Jour 3 :

- Présentations : exposé, exercice par les étudiants
- Le document de présentation destiné au petit groupe expérimental. Discussion en groupe. Finalisation du document.
- Thématique à explorer : comment créer une atmosphère sécurisante et de confiance dans vos groupes de focusing ? (travail en groupe)

Jour 4 :

- Présentations : exposé, exercice par les étudiants
- Préparation du programme détaillé de la première session, voire des suivantes (réflexion personnelle, échange à 2, échange en groupe, synthèse écrite).

A faire pour la session 3 :

- *Mettre en place et démarrer les petits groupes expérimentaux*
- *Faire un compte-rendu de la première session avec le petit groupe. Un compte-rendu sera à faire après chaque journée ou session de formation dispensée. Il servira de support pour chacune des rencontres de formation suivantes.*
- *Préparer son exercice et son exposé*

Module 3

Jour 5 :

- Présentations : exposé, exercice par les étudiants
- Retour sur expériences dans les petits groupes expérimentaux, exploiter ce qui se présente
- Thématique à explorer : gérer les conflits, les difficultés qui surviennent

Jour 6 :

- Présentations : exposé, exercice par les étudiants
- Thèmes : Faire des feedbacks et interrompre doucement. Recevoir des feedbacks. Les différents types d'apprentissages. Inventaire de petits exercices et des supports (dessins, collages, expression corporelle, voix....)

A faire pour la session 4 :

- Poursuivre les comptes-rendus de sessions dispensées
- Préparer son exercice et son exposé
- Réaliser un questionnaire à distribuer aux participants pour faire évaluer la formation dispensée

Module 4

Jour 7 :

- Présentations : 1 exposé, 1 exercice par les étudiants
- Retour sur expériences dans les petits groupes, exploiter ce qui se présente
- Thème : Focusing et autres approches (mindfulness, EMDR, art-thérapie,...)

Jour 8 :

Présentations : 1 exposé, 1 exercice
Thèmes : Reprise questionnaire + marketing, plaquette, site internet

A faire pour session 5 :

Réaliser un rapport final sur toute la formation.

Module 5

Jour 9 et jour 10

Synthèse et évaluation de la formation avec compte-rendu des rapports de fin de formation.

Perspectives personnelles/professionnelles :

- comment faire vivre le focusing dans votre vie présente et future ?
- comment voyez-vous l'enseignement du focusing (*living forward*) ?

Remise des certificats de fin de formation de formateur (Focusing Trainer IFEF).