

Robert Lee

Propose de Nouveaux Modèles Pour le Développement du Focusing

Présentation de Robert Lee par Solange St-Pierre

Présentation

Robert Lee est psychologue licencié. Il habite au Costa Rica depuis 1999 où il est coordonnateur pour l'Institut de Focusing. Il a fondé un Centre de Focusing au Costa Rica. Il enseigne aussi à New-York, la majeure partie de son temps étant consacrée à l'enseignement du Focusing.

Les ateliers de Robert Lee sont conçus pour enseigner aussi bien à quelques personnes en quelques heures qu'à une seule personne en une journée intensive, guidant chacun à travers une série d'étapes dans une démarche spécifique.



Le travail de Robert Lee

(Traduction d'un article de Julia Shaffer, paru dans le bulletin *Staying in Focus*, septembre 2005)

Robert Lee a appris le Focusing en assistant à des groupes d'échange. Plus spécifiquement, il n'y assistait pas à l'occasion; il s'en saturait plutôt, allant jusqu'à quatre rencontres par semaine, quelquefois deux dans la même journée. Il mentionne aussi n'avoir jamais manqué une conférence internationale depuis sa première conférence au début des années quatre vingt dix. Dix-huit années d'immersion – son premier groupe d'échange à Cambridge, Massachusetts était en 1987 – l'ont conduit à développer deux nouveaux modèles théoriques, Le Focusing de Domaine et Changer l'Inchangeable, ainsi qu'une variété de formats créatifs d'ateliers.

La théorie du Focusing de Domaine de Robert Lee, au même titre que le Focusing lui-même, provient de l'observation. La première étape en a été la description d'un processus couronné de succès. « *Comme le dit Gene, les six étapes sont un schéma d'apprentissage du Focusing, mais elles ne sont pas suffisantes pour une application professionnelle.* ». S'ils ne suivent pas les six étapes à la lettre, s'étonne Lee, « *Quelle sorte d'expérience les focuseurs¹ font-ils ?* ». Travaillant en triade aux groupes d'échange, Lee transcrit les

¹ Nous avons choisi ici de conserver le termes «focuseur» pour décrire la personne en processus de Focusing et le terme «focuser» pour décrire l'action posée par la personne en processus de Focusing.

sessions de Focusing qu'il entend et les étudie. Des douzaines d'observations montrent que les *focusseurs*, pendant une session, passent toujours du temps dans une conversation générale, sur le mode de la description d'une situation. Puis, ils se tournent vers l'intérieur et, sur un rythme et un ton différent, travaillent directement avec un ressenti corporel. Ils peuvent ensuite se déplacer vers un autre problème ou, à partir de l'attitude de base du Focusing, donner une attention empathique à un ressenti difficile.

Pendant plusieurs années, Lee développe ses trois domaines : Le Domaine de la Situation, le Domaine du Ressenti Corporel et le Domaine de l'Auto Empathie, et la prémisse que le *focusseur* va de l'un à l'autre au cours de chaque session. Les ateliers qu'il donne depuis le milieu des années quatre vingt dix permettent à Lee de partager son modèle du Focusing de Domaine, par le développement d'exercices d'enseignement et par le feedback qu'il reçoit. Il conclue maintenant que les trois domaines expriment respectivement la logique de la pensée, la logique de l'expérience et celle de l'amour.

Dans un processus similaire et concurrent, Lee développe des outils permettant de *focusser* avec des problèmes récurrents ou intraitables. Un nouveau modèle émerge : « Changer l'Inchangeable ». Dans cette étude, il est le sujet étudié. Observant et rédigeant ses propres sessions de focusing sur une question singulièrement bloquée dans sa vie – la recherche d'une partenaire – Lee note les difficultés particulières qu'il y a à *focusser* sur un blocage persistant. « *Il y a certaines places ou vous avez un mouvement corporel et une étape d'action, et vous commencez à avancer par petites étapes, et l'ensemble de la situation change. Mais tout le monde a des zones ou ça ne se passe pas de cette manière* ». Dans ces zones là, les personnes travaillent avec la pointe de l'iceberg. Reconstituant les étapes qui l'ont conduit dans son propre cheminement, Lee trouve une manière d'enseigner aux autres ce qu'il nomme les « macro mouvements », dans lesquels l'ensemble d'une problématique commence à se transformer et à évoluer.

Lee se remémore à quel point il a été puissant pour lui d'assister aux conférences internationales alors que ses idées étaient en incubation. « *Les conférences m'ont données l'espace nécessaire pour échanger avec mes collègues* ». Il sensibilise les autres au développement théorique de nouvelles étapes d'avancement du Focusing, ramenant souvent la question : « *Quels sont vos besoins de développement ? Dans quel sorte de direction pouvez-vous innover ?* »

Lee dirige actuellement un programme de post-certification aidant les enseignants à rejoindre de nouveaux créneaux de la population. L'ambition de ce programme est que chaque participant enseigne un programme de neuf mois avant la fin des deux ans du programme. Lee encourage ses étudiants à développer un partenariat sur un sujet spécifique ou ils choisiront un partenaire en fonction du type de situation sur lequel ils souhaitent travailler. Il aide également les étudiants à créer de petits réseaux de soutien, ainsi que des mini groupes d'échange pour *focusser* sur des thèmes communs.