

LE GROUPE D'OBSERVATION

UN OUTIL DU COLLECTIF

DU PROGRAMME D'ENSEIGNEMENT EN INDIVIDUEL (PEI) DU FOCUSING

Adapté d'un texte de Solange St-Pierre

Le groupe d'observation, qui compte entre 4 et 6 participants, permet aux apprenants, à différentes phases de leur parcours, d'observer des sessions d'écoute, d'être écouté par un intervenant autre que celui ou celle qui l'a formé, ou de pratiquer l'écoute. Dans le cours de la formation en Focusing, les nouveaux apprenants peuvent ainsi apprendre par modélisation et mieux intégrer les trois phases de l'écoute (l'écoute silencieuse, le reflet ciblé et les propositions expérientielles).

Le groupe d'observation n'est pas réservé uniquement aux apprenants. Pour toute personne qui utilise le Focusing, il est un outil précieux de développement et d'approfondissement de sa pratique tout en permettant généralement une riche expérience humaine.

L'OBSERVATION DU PROCESSUS

Chaque groupe d'observation dure deux heures à l'intérieur desquelles il y a deux rondes de Focusing (20-25 minutes) où, pour chaque ronde, les participants choisissent un des trois rôles suivants : être la personne qui fait un Focusing, celle qui écoute la première, ou celle qui observe le processus.

Les personnes qui observent le processus sont invitées à être attentives à ce qui se produit au cours de la session au niveau du climat, de l'utilisation des propositions expérientielles et des mouvements observés dans le cours du processus.

- Comment la personne entre dans le processus
- Comment la personne entre en contact avec son sens corporel
- Identifier le premier accès au sens corporel (la prise) et les différentes itérations du processus (images, sensations physiques, qualité émotionnelle, mot porteur de sens, son, souvenir, partie personnifiée, parties divisées, métaphore, geste, mouvement, etc.).
- Y a-t-il un mouvement corporel, un changement d'état, une transformation?
- Impacts des reflets et des propositions expérientielles s'il y a lieu.
- Qualité de la présence, de l'écoute et de l'accompagnement.
- Comment met-on fin au processus?

LE RETOUR SUR L'EXPÉRIENCE

Lorsqu'une session d'écoute est terminée, la personne qui a été écoutée est d'abord conviée à dire comment elle a vécu cette session. L'écouter exprime ensuite comment il

s'est senti dans l'écoute et les difficultés qu'il a rencontré. Pour ceux et celles qui ont observé la session, le retour consiste à décrire ce qu'ils ont pu observer de cette session et ce qu'ils ont été en mesure de comprendre du processus qui a été vécu.

Une grande importance est donnée au climat de la session d'écoute. C'est la relation de confiance qui se crée entre l'écouter et la personne en processus qui permet à la session de porter fruit. Il convient de noter que ce retour porte sur le processus de Focusing et d'écoute. Le contenu personnel qui est révélé dans le processus est respecté et ne fait pas l'objet d'un retour.