

A L'ÉCOUTE DU CORPS

Stage en deux week-ends / 2 X 2 jours

Stage sur deux week-ends, faisant suite au stage d'un week-end de sensibilisation. Il s'agit, après avoir eu le temps d'explorer et d'expérimenter les outils précédemment vus, de faire le point sur votre pratique, de rafraîchir la façon dont chacun-e est là avec son corps, lui aussi en communication, à la lumière des accompagnements effectués, et du temps de maturation du stage de sensibilisation... Il s'agit aussi de prendre tout le temps nécessaire pour se mettre vraiment à l'écoute de soi-même, apprendre à ménager une authentique Présence à soi comme condition d'une authentique présence à l'Autre.

OBJECTIFS DU STAGE :

- Rappeler la place primordiale du corps dans l'accompagnement,
- Apprendre à se préparer à la rencontre (avec de nouveaux outils)
- Apprendre comment faire de son corps un allié dans la relation d'accompagnement,
- Savoir construire une véritable qualité de Présence avant les mots,
- Donner des outils de contact permettant une relation différente, plus humaine et corporelle avec la personne accompagnée,
- Prendre conscience et explorer le potentiel de Présence empathique du corps,
- Comprendre ce qu'engage le fait de toucher ou d'être touché
- Comprendre comment le toucher (= être proche de l'Autre avec son corps) peut être perçu comme intrusif, et comment l'éviter,
- Apprendre à sentir la juste distance, mais aussi le geste juste,
- Redécouvrir la richesse de la relation corporelle, ni professionnelle ni intime,
- S'interroger sur ses rôles, ses possibilités, mais aussi les limites de chacun,

MÉTHODE :

- Analyse des expériences d'accompagnement à la lumière du dernier stage,
- Réflexions et échanges s'appuyant sur les expériences vécues lors de ce 2^{ème} stage,
- Exercices personnels ou de groupe autour de l'écoute du corps, de la présence, de la confiance, de la communication non verbale,
- Apprentissage de quelques éléments de toucher relaxant,
- Et aussi se faire du bien !