Focusing 2 - QVRP25

2 jours

Présentiel

Public concerné

Tout public
(Groupe de 12 personnes maximum)

Pré-requis

Avoir suivi la formation « Focusing : apprendre à s'écouter pour prendre soin de soi et des autres ».

Objectifs

› Porter un regard plus ouvert sur soi-même, les autres et les situations
› Développer son empathie
› Se rapprocher davantage de ses valeurs professionnelles
› Renouer avec son ressenti corporel

Contenu

› Contenu théorique :
– Rappel sur les travaux de Carl Rogers et d'Eugène Gendlin
– Les attitudes facilitatrices
– La focusing attitude
› Contenu pratique :
– Exercices d'Approche Centrée sur la Personne :
– Développer une ouverture de regard : l'image
– Écoute empathique en groupes.
– Exercices de focusing :
– Se rendre disponible : dégagé d'espace
– État des lieux, le retour à soi : la météo intérieure
– Connecter le sens corporel par une situation contrastée
– Ateliers pour permettre un changement de regard et de développement de ses valeurs professionnelles
– Collage
– Exercices corporels : méditation de la bienveillance, excercices de pleine présence
– Démonstration d'un accompagnement

Méthodes pédagogiques

› Exercices pratiques d'ACP et de Focusing
› Échanges

› Apports théoriques

Intervenants

› Infirmière Diplômée d'État, praticienne en relation d'aide ACP / focusing, CHU Clermont-Ferrand

Évaluation des acquis

QCM

Tarif Inter 480€ / pers.

Tarif Intra 1 350€ / gr.

Prochaines sessions

> 30 novembre au 1er décembre 2026

> 29 et 30 novembre 2027

CLERMONT-FERRAND
CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE

CFPS
CENTRE DE FORMATION
DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

04 73 75 40 30

cfps@chu-clermontferrand.fr

© CFPS CHU Clermont-Ferrand