

# **Programme de formation Jonathan Pierres Vivantes**

## **De la découverte et l'écoute de soi**

### **A l'écoute et l'accompagnement de l'autre**

Parmi les associations qui accompagnent les parents endeuillés, l'Association Jonathan Pierres Vivantes a une spécificité primordiale : elle confie exclusivement cet accompagnement à d'autres parents endeuillés. Cette spécificité est primordiale mais aussi contraignante : confier l'accompagnement de parents endeuillés à d'autres parents endeuillés sous-entend que ces derniers doivent être préparés à ces missions essentielles que sont l'accueil et l'écoute.

Conscients de cette nécessité, les fondateurs de **Jonathan Pierres Vivantes** et les fondatrices de l'**Institut Français de Psychosynthèse** ont cheminé ensemble depuis les années 80 pour dispenser des formations personnelles aux parents endeuillés susceptibles et désireux d'accueillir et d'écouter à leur tour des parents nouvellement endeuillés.

Roberto Assagioli, fondateur de la Psychosynthèse, a défini celle-ci comme « *une conception intégrale et dynamique de l'être humain* ». La Psychosynthèse prend en compte tous les niveaux de l'être : le sensoriel, l'émotionnel, le mental et le spirituel.

Le travail sur soi en Psychosynthèse améliore l'équilibre personnel, apporte un état de présence à soi, entraîne un état de calme et permet de retrouver une harmonie.

La formation spécifique de l'Institut Français de Psychosynthèse vis-à-vis de Jonathan porte en priorité sur la découverte de soi dans le but d'accueillir et d'écouter l'autre : les difficultés rencontrées, les peurs, les angoisses, la culpabilisation, la peur du silence, le jugement, etc... Elle prépare les futurs écoutants, par des exercices de mise en situation, à l'entretien, à l'écoute et à la gestion des groupes de paroles.

Aujourd'hui, plus que jamais, nous sentons la nécessité de développer cette formation à l'écoute. Jonathan ne perdurera que si notre Association sait et peut former toujours plus et toujours mieux des parents endeuillés écoutants.

Afin que cette formation à l'écoute soit plus compréhensible à celles et ceux qui désirent faire appel à cette formation, en collaboration avec l'Institut, nous vous proposons une présentation plus simple du programme de celle-ci.

Trois niveaux vous sont, maintenant proposées :

#### **1°) Type 1 A : Introduction à l'accueil et à l'écoute.**

Avant d'aller à l'écoute de l'autre, il faut apprendre à se connaître, se découvrir. Apprendre aussi à se recentrer, se concentrer afin de pouvoir être plus disponible et attentif à l'autre.

C'est aussi apprendre à prendre du recul afin d'éviter d'être « submergé » par l'autre et, d'une manière plus générale, apprendre à reconnaître et à éviter les principaux obstacles à l'écoute.

**Cette phase peut durer une, deux voire trois sessions selon le cheminement de chaque participant.**

#### **2°) Type 1 B : Approfondissement de l'écoute et découverte de soi, de ses potentialités.**

Mise en œuvre d'une écoute de qualité en approfondissant le travail sur l'attention et la concentration en permettant aux participants de mettre en commun leurs expériences de l'accueil et de l'écoute avec l'aide de l'analyse des formateurs. Dans ce niveau de la formation, on explore les conditions qui déterminent une bonne attitude à l'accueil et à l'écoute ; on apprend à connaître et à utiliser ses fonctions psychologiques pour mieux gérer sa vie personnelle et la relation à l'autre.

#### **3°) Type 2 : Approfondissement de l'écoute et gestion de groupe de parole.**

Formation spécifique à la gestion d'un groupe de parole. Apprendre à mener une réunion, à encadrer les intervenants, à donner de la place à ceux qui ne prennent pas la parole, à intervenir personnellement et de façon pertinente, le tout dans une durée fixée au préalable et de façon à ce que chacun puisse se sentir entendu et reconnu.

Pour un bon fonctionnement du groupe, cette phase ne peut être abordée si la personne n'a pas suivi les deux premiers niveaux.

## Organisation du week-end

Les participants arrivent sur le lieu de la formation le vendredi soir pour l'accueil et la présentation du week-end de la part des animateurs.

### **Samedi matin**

De 9h00 à 12h30 Présentation de l'objectif de la journée. Les horaires, Présentation des participants et des animateurs. Activités de la matinée avec une pause autour de 11h00 (Pause-café).

### **Samedi après-midi**

De 14h00 à 18h00 activités avec une pause autour de 16h00

### **Dimanche matin**

De 9h00 à 12h30 activités avec une pause.

### **Dimanche après-midi**

De 14h00 à 16h00 sans pause (**l'après-midi peut se prolonger au-delà de 16h00, ou terminer avant 16h00, selon les disponibilités des participants et des animateurs par rapport aux horaires des retour.**

### **Prévoir le matériel sur place dont on a la nécessité pour notre travail.**

1. Vérifier que l'endroit où l'on travaille dispose d'un tableau papier (papier-bord Conférence), avec du papier.
2. Cahier et stylo pour chaque participant.
3. Papier dessin A4, prévoir au moins 3 papiers par personne et des feuilles blancs A4.
4. Boîtes Gros feutres\*, couleurs de base (type pour l'école), par personne, ou au moins une boîte pour deux personnes.
5. Un lecteur CD audio, si possible de bonne qualité.
6. Si possible, des images de l'organisation Jonathan à exposer dans la salle et des fleurs pour créer une ambiance d'accueil et de joie.
7. La liste des participants.

4/ **\*Les feutres** servent pour dessiner et colorier, à grosses pointes comme par exemple : **CARIOKA**, etc.