



## La posture intérieure d'accompagnement des transformations

**Participants** : 6 minimum, 8 maximum

**Lieu** : en visio à distance

**Durée** : en 10 sessions hebdomadaires, le Mercredi à 17 :30, débute le 20 Novembre 2024

### Besoin

Dans un monde en pleine évolution, les compétences de **facilitation en intelligence collective** sont devenues essentielles pour accompagner les **transformations nécessaires** au sein des organisations et de la société.

Ces capacités d'accompagnement s'apparentent plus à un art qu'à une technique et exigent autant de savoir-être que de savoir-faire.

Le métier émergent de la facilitation invite ses praticiens à opérer eux aussi leur propre **transition intérieure** pour mieux accompagner les transformations collectives. Ce cheminement personnel amène à développer les qualités de présence et de fluidité propres à générer un champ relationnel créatif et inclusif. Cette capacité s'avère particulièrement indispensable dans les situations délicates où les seules compétences techniques ne suffisent plus.

### Intention

Depuis plusieurs années nous formons les **facilitateurs et managers** à cultiver la posture intérieure propice à libérer le plus haut potentiel de créativité collective des groupes qu'ils accompagnent ou dirigent.

Inspiré par ma recherche personnelle sur ce sujet, j'ai conçu un **nouveau parcours** de formation qui vise à approfondir l'accès aux ressources intérieures nécessaires pour faciliter des processus de transformation complexes.

### Approche

Ce parcours d'exploration de sa propre posture intérieure se déroule en petit groupe, offrant ainsi un cadre de soutien collectif tout en respectant la démarche personnelle de chacun.e.

Organisée à distance, sur un parcours de 10 semaines, cette formation suppose un haut niveau d'engagement, et comprend :

- **Des séances hebdomadaires de 2h30 en visio**, incluant à chacune des 10 étapes :
  - L'introduction de la pratique de travail sur soi correspondante, inspirée du Process Work
  - Des échanges entre pairs pour soutenir le processus individuel d'évolution
  - Des recommandations éclairantes sur le changement de perception dans le rapport à soi
- **La mise en pratique personnelle** de ces attitudes et pratiques durant la semaine suivante

- **Un temps personnel de méditation** : deux fois 15 minutes par jour, guidé par les conseils fournis
- **Une session hebdomadaire de soutien mutuel en binôme**, d'une heure, sur la pratique proposée

## Objectifs

A travers ce parcours vous allez transformer votre relation à vous-même, en intégrant les expériences émotionnelles que vous vivez - ou revivez – dans l'accompagnement des groupes. Cette alchimie intérieure va libérer en vous l'espace de sensibilité nécessaire pour mieux soutenir les transformations émergentes au cœur des collectifs.

Soutenu par votre propre intention, ce parcours vise à vous faire vivre des points de bascule décisifs vers les différentes facettes de votre propre posture intérieure unique et singulière :

1. **Une qualité de présence** à l'écoute de tous les ressentis
2. **La perception des causes** à la racine des blocages et résistances
3. **L'accueil spontané** et sans réserve du vécu émotionnel
4. **L'acceptation pleine et sans jugement** du processus d'évolution émergent
5. **Le lâcher prise inconditionnel** dans une action fluide et juste

En expérimentant ces dimensions d'ouverture dans votre rapport à vous-même, vous pourrez ensuite d'autant mieux les accueillir dans un processus collectif.