

Accompagnement au bien-être

LE MAGAZINE

n°1 novembre-décembre 2014

POINT DE VUE

**Sport, remise en forme
et massages-bien-être**

NOUVEAU

**La sophrologie caycédienne
en Auvergne !**

AUTRE REGARD

Le coaching par téléphone ?

ZOOM SUR

**Formation à
l'accompagnement**
par les massages-bien-être

ARTICLE

La relation d'accompagnement

UNE DÉMARCHE DE SOCIABILISATION

ET D'HUMANISATION



Découvrez **LE MAGAZINE** Accompagnement au bien-être

Seuls les plus anciens se souviennent de la lettre PRO éditée par CLK Formation il y a quelques années. Elle reprend vie aujourd'hui sous la forme d'un magazine, LE MAGAZINE, qui s'étoffera au fil des mois, avec l'objectif d'apporter aux stagiaires et professionnels installés, issus de CLK formation (massages-bien-être, sophrologie caycédienne et coaching de vie), plus d'informations, plus de matières à réflexion, plus de partages, plus d'interactions.

LE MAGAZINE vous sera adressé chaque trimestre à partir de 2015, par mail et téléchargeable directement sur les 3 sites internet*. N'hésitez pas à nous adresser vos suggestions et vos critiques... Elles seront accueillies avec intérêt. ■

Découvrez LE MAGAZINE
et bonne lecture à tous.

Roger DAULIN



*www.clk-massage-formation.com
www.formation-sophrologie-caycedienne.com
www.formation-ecolcoach.fr

8



12



14



19



20



22



SOMMAIRE

•2 EDITORIAL

Par Roger Daulin

•4 en BREF

Actualités générales

•6 INFOS pratiques

Informations et stages

•7 PORTRAIT

Yves Lefranc

•8 POINT DE VUE

Sport, remise en forme
et massages-bien-être

•10 en BREF

Actualités massages-bien-être

•12 ZOOM SUR

Formation à l'accompagnement
par les massages-bien-être

massages-bien-être

•14 NOUVEAU

La sophrologie caycédienne
en Auvergne !

•15 en BREF

Actualités sophrologie
Nouveau cycle janvier 2015

•16 INFOS pratiques

La formation du sophrologue

sophrologie caycédienne

•18 •20 en BREF

Actualités coaching de vie

•19 AUTRE REGARD

Le coaching par téléphone

•21 AUTRE REGARD

Le coaching pour expatriés

coaching de vie

•22 ARTICLE

La relation d'accompagnement,
une démarche de sociabilisation
et d'humanisation



SITE internet

INTERNET Une femme, un site, une activité

Massages-bien-être, herbes, fleurs, papillons, ce site internet, frais et discret comme la montagne environnante de Pascale VILLARET certifiée CLK Formation.

www.pascale-villaret.fr

Praticien massages-bien-être, sophrologue caycédien, coach de vie, vous souhaitez faire connaître votre site ? Adressez-nous votre lien à rogerdaulin@wanadoo.fr



Hyperactivité

SOCIÉTÉ UNE EXPLOSION DE L'HYPERACTIVITÉ ⁽¹⁾ : 150 fois par jour...un salarié consulte son smartphone ! Deloitte souligne dans son étude « les grandes tendances des ressources humaines » la croissance exponentielle des consultations smartphone de la part des salariés. Ces vérifications créent une inattention vis-à-vis des tâches courantes, une tension anxiogène permanente et une difficulté à se centrer sur l'important et l'urgent. 75% des DRH estiment cette tendance souvent addictive comme très préoccupante. Accompagner les salariés vers une meilleure capacité à se relaxer, à se centrer, à gérer ses priorités devient une nécessité sociale.

⁽¹⁾ www.deloitte.com - Grandes tendances des ressources humaines 2014

Ambiance ZEN

MUSIQUE Pour une musique « zen », dans votre salle d'attente ou pour vos séances Massages-Bien-Être ? Testez sur internet :

www.radio-zen.com

www.meditationFrance.com

www.airplayradios.com

www.forcemajeure.com



A lire

LECTURE UNE REVUE MASSAGE Dans les kiosques et sur internet la revue « Massage et bien-être » que vous pouvez retrouver sur shop.oracom.fr

PUBLICATIONS de cette rentrée, sur le site internet de CLK Formation : Le massage KOBIDO, Le KALARI Massage, Le massage Suédois, etc.





Exit le Flash Info, vive LE MAGAZINE !

NEWSLETTER Dorénavant, c'est LE MAGAZINE accompagnement au bien-être qui remplace avantageusement le Flash Info ! En revanche l'info minute reste et est destinée à vous informer rapidement sur des places disponibles dans les prochains stages, ou sur une actualité importante.

Coups de coeur

LECTURE Vous êtes nombreux à nous demander des références de livres : Voici nos coups de coeur !

Petit traité de lucidité sur soi-même et sur les autres

Laurine HAWKES Ed. Payot
Ce livre traite de comment faire la part des choses et se sentir en paix avec soi-même.

Les compétences émotionnelles

Sous la direction de M. MIKOLAJCZAK, Ed. Dunod
Le rôle des émotions dans la santé mentale et physique, dans les relations sociales et l'efficacité au travail.

Du désir au plaisir de changer

Françoise KOURILSKY, Ed. Dunod
Une approche systémique



VOUS ACCOMPAGNER À LA CRÉATION DE VOTRE ENTREPRISE

Dans le cadre de la professionnalisation des activités massages-bien-être, sophrologie caycédiennne et coach de vie, des stages d'aide à la création d'entreprise sont prévus tout au long de l'année.

Deux dates à noter dans votre agenda !

- **22 avril 2015 : Comment organiser administrativement, comptablement et juridiquement votre création d'activité ?** Stage en collaboration avec l'ARAPL (Centre de Gestion Agréé des professions libérales)
- **2 sept 2015 « Comment développer commercialement votre activité ? »** Etude de marché, mise en place des réseaux relationnels, comment fixer les tarifs, etc.

Pour vous inscrire, 04.78.30.14.87

Nous joindre

ACCUEIL Rachel PLANCHE

Secrétaire dont la permanence téléphonique est la suivante :

Lundi au Jeudi : 9h à 12h30 et 14h30 à 16h45 et Vendredi : 9h à 12h00.



S'inscrire

STAGES Les inscriptions aux stages se font par ordre d'arrivée des arrhes. Les arrhes sont annulables ou reportables jusqu'à 10 jours avant le début du stage. Tout stage commencé est dû dans son intégralité.



Se mensualiser

STAGES Vous souhaitez mensualiser plusieurs stages ? Afin de réguler le coût de vos formations, sachez qu'il est possible de mensualiser un ou plusieurs stages. Vous renseigner auprès de Rachel, secrétaire, au 04.78.30.14.87.



Planning des STAGES THEORIQUES 2014/2015

STAGES Ces différents stages théoriques font partie du programme commun aux trois formations : Massages-bien-être, Sophrologie Caycédienne et Coaching de Vie.

Novembre 2014

Entendre et Accompagner :
Mardi 26 et Mercredi 27

Décembre 2014

Stress : Jeudi 11

Février 2015

Stress : Samedi 7 Février
Entendre et Accompagner :
Lundi 9 et Mardi 10

Mars 2015

Emotions : Lundi 9

Avril 2015

Entendre et Accompagner WE 18 - 19
Douleur : Mercredi 22
Installation et initiation à la gestion :
Mercredi 22

Mai 2015

Stress : Mercredi 20

Juin 2015

Entendre et Accompagner :
lundi 29 et mardi 30

Yves Lefranc

COACH DE VIE

certifié Écol'coach

www.yvesmoncoachdevie.com



« L'apprentissage puis l'exercice de cette nouvelle profession m'ont beaucoup apporté et permis d'avoir une nouvelle posture qui s'avère utile dans tous les domaines de ma vie. »



Mon parcours professionnel m'a fait découvrir plusieurs secteurs d'activités : dans le monde de l'entreprise, du commercial et du management (encadrement de commerciaux) mais aussi dans le domaine du social (animation d'une ferme pédagogique ou au service de l'éducation spécialisée). Ces exercices qui ont occupé plus de 30 années de carrière ont comme points communs la communication, le conseil, parfois l'expertise. A une période où j'hésitais sur l'orientation à donner à ma vie professionnelle, j'ai eu envie d'élargir mon champ de compétences et c'est ainsi que j'ai recherché une formation qui viendrait « professionnaliser » et compléter mes différentes expériences. Mes recherches m'ont amené à découvrir Écol'coach et à débiter la formation de coaching de vie.

Cet apprentissage m'a très vite convenu au point de décider d'en faire ma profession, les modalités restant à définir.

Dans le même temps, la richesse de l'enseignement reçu m'invitait à me livrer à des introspections, je sentais des changements, je vivais des transformations jusqu'à éclairer mes zones d'ombre et préciser mes choix. Concrètement, j'ai pu entreprendre (là où je tergiversais avant de démarrer la formation) en devenant co-gérant d'une société de métier de bouche et organisatrice d'événementiels (le marché du mariage essentiellement).

Enfin, j'étais en train d'expérimenter l'auto-coaching... Et c'est ainsi qu'aujourd'hui j'exerce mes deux activités dans le Val de Saône (Mâcon) et en choisissant le statut d'auto-entrepreneur pour la pratique du coaching.

Présentement, je souhaite développer mon métier de coach de vie afin qu'il devienne mon activité principale. Et c'est dans cet esprit que j'ai rejoint une association de professionnels de l'accompagnement et que j'intensifie ma communication sur un plan local.

L'apprentissage puis l'exercice de cette nouvelle profession m'ont beaucoup apporté et permis d'avoir une nouvelle posture qui s'avère utile dans tous les domaines de ma vie.

Et les enseignements que j'ai engrangés me rendent ouvert et confiant pour accueillir de nouvelles situations.

SPORT

REMISE EN FORME et MASSAGES-BIEN-ÊTRE

Quel est le rôle des massages-bien-être dans le milieu sportif et remise en forme ?

Les liens existants et complémentaires qu'entretiennent les massages-bien-être avec l'effort physique et le sport ne sont plus à démontrer.

Qu'il s'agisse de préparer le corps à l'effort, de mobiliser ou de faciliter la récupération physique, les massages-bien-être ont un rôle majeur à jouer à double titre, préventif et remise en forme. Ceci dit, limiter les massages-bien-être à la seule dimension physique est restrictif. En effet, ils influencent aussi le moral, la confiance, la lucidité, les prises de conscience...

En s'adressant à la globalité de la personne, les massages-bien-être contribuent dans un large périmètre à optimiser les ressources physiques, psychiques, émotionnelles et énergétiques. Si des massages-bien-être peuvent résolument s'adresser à des sportifs, amateurs ou professionnels, ils apportent aussi beaucoup à des personnes affectées par la sédentarité, l'automatisme de certains mouvements ou le côté stationnaire (debout-assis) de leur poste de travail.

En conclusion, certains massages-bien-être apportent un réel plus dans l'action préventive, de préparation, de mobilisation des ressources et de récupération physique et psychique. ■



Le rôle des MASSAGES-BIEN-ÊTRE dans le SPORT, la remise en forme et la récupération physique

- Réparer le corps
- Limiter les courbatures, les crampes et d'éventuelles déchirures des muscles et des ligaments
- Reprendre l'entraînement de façon plus sécurisée
- Accroître la résistance des articulations
- Optimiser les réactions du système nerveux
- Diminuer « le trac », l'anxiété
- Renforcer le mental
- Développer une meilleure adaptabilité au stress
- Concilier effort et stress
- Assouplir et mobiliser les tissus musculaires
- Faciliter la récupération physique et psychique
- Améliorer la remise en forme, le ressourcement naturel du corps
- Favoriser la mobilité, la flexibilité, le déplacement du corps dans l'espace

Quelques exemples de massages bien-être « sport et remise en forme » :

Suedois
Lomi-Lomi
Relaxation coréenne
Toucher Drainant
Kalari massage
Etc.

C comme COLLOQUE

FFMBE Les 26 et 27 Mars 2015, à Paris, se tiendra le 1er colloque professionnel de massages-bien-être, organisé par la FFMBE.

Après 10 ans d'action pour promouvoir le massage-bien-être en France, la FFMBE ouvre la réflexion à travers ce rassemblement studieux et festif autour du thème « Toucher la confiance ». Plus d'informations ? www.colloqueffmbe.com



STRESS



Stress INFO

INTERNET Un site internet dédié aux actualités liées au stress.

www.stress-info.info

Une série d'articles et d'émissions à entendre ou réentendre sur le stress : le burn out, des bactéries responsables du lien entre stress et infarctus, mieux gérer son stress grâce à la méditation, etc. www.franceinfo.fr

DOSSIERS

INTERNET Les dossiers de CLK Formation : consultez sur le site les dossiers relatifs au stress.

www.clk-massage-formation.com

- Anxiété, stress et massages-bien-être
- La souffrance au travail et le rôle des massages-bien-être
- Stress et massages-bien-être
- Absentéisme, présentéisme, stress et l'utilité des massages-bien-être
- Des risques psycho-sociaux à la qualité de vie au travail





ADHÉRENTS

FFMBE Votre fédération grandit !

De septembre 2010 à septembre 2014, les adhésions praticiens sont passées de 528 à 974 et les stagiaires de 305 à 1377 ! Aujourd'hui, la Fédération Française Massages-Bien-Être compte plus de 2461 adhérents.



C'est le nombre d'adhérents à CLK Partages, association de stagiaires, actuels et anciens, de CLK Formation. Plus d'informations ? clkpartages@yahoo.fr

FACEBOOK

INTERNET Retrouvez-nous sur Facebook !

La page Facebook de CLK Formation Massages contient des chroniques, des phrases du jour, des actualités, des photos, des infos pratiques, etc.



BRAVO !

CERTIFICATS

Bravo à ceux qui ont récemment été certifiés en massages-bien-être par CLK Formation...

- Laurie CRIADO
- Vincent WU
- Marion CENKI
- Pascal LEVASSEUR
- Chloé BORGHINI
- Julie BRUMBY
- Nadège DEPOULAIN
- Laëtitia GORD



CONFÉRENCE Débat

FFMBE Venez nombreux à cette conférence !
Entrée libre. Merci de signaler votre présence à CLK Partages.

Être praticien en massages-bien-être aujourd'hui ?

Par Samir SALIBA, président de la FFMBE
Le 14 novembre à 19h30
À la Maison des Associations, Lyon 4ème
Plus d'infos et réservations à : clkpartages@yahoo.fr

Formation à l'ACCOMPAGNEMENT par les massages-bien-être

6 modules x 2 jours

Une formation indispensable pour tout professionnel en massages-bien-être... Il reste encore quelques places !
Inscriptions en cours.

Vous découvrirez, au fil du cycle SAVOIR-ÊTRE, la profondeur, la qualité de présence et d'accueil nécessaires à l'émergence d'une posture spécifique à la relation d'accompagnement par les massages-bien-être. Celle-ci ne s'improvise pas... Tout au long du cycle « SAVOIR-ÊTRE » vous développerez votre potentiel à accueillir avec vos mains, à élaborer une posture d'accompagnant, à accroître la profondeur de votre

présence. Par ce cycle « SAVOIR-ÊTRE » vous découvrirez les richesses contenues dans la relation d'accompagnement, de façon vivante et pragmatique. Ce cycle prépare chacun à développer des capacités à visée professionnelle, à structurer ses aptitudes et ses ressources.

Formateur : Roger DAULIN ■

Pré-requis pour toute inscription :

- Avoir suivi le stage « Entendre et Accompagner » ou le prévoir dans les 3 mois après le début du cycle SAVOIR-ÊTRE.
- Avoir suivi au minimum un stage pratique de massage-bien-être.



Vous désirez donner une autre dimension à votre pratique en massages-bien-être ?

Vous souhaitez vous former à une réelle dimension de l'accompagnement par les massages-bien-être ?

Vous ciblez une certification de relaxologue corporel massages-bien-être ?

Plus d'informations ?
Patricia BROWNE
06.15.92.05.40
Pour vous inscrire ?
Rachel 04.78.30.14.87



Une documentation
Cycle SAVOIR-ÊTRE
est à votre disposition.

Cycle SAVOIR-ÊTRE
Début du cycle
en WE les 29 et 30 Novembre

**UN RÉEL PLUS POUR VOTRE
DIMENSION DE PRATICIEN EN
MASSAGES-BIEN-ÊTRE !**

LA SOPHROLOGIE CAYCEDIENNE

en Auvergne !

En confiant la zone Auvergne en Juin 2014 à l'école de sophrologie de Lyon, Sofrocay continue son développement et le maillage des implantations des écoles destinées à promouvoir et former à la sophrologie caycédienne.

L'école de Sophrologie caycédienne de Clermont-Ferrand a ouvert son tout premier cycle les 10 et 11 octobre. Un démarrage prometteur...

Patricia BROWNE, en tant que Directrice de l'Ecole de Sophrologie Caycédienne de Lyon, qu'est-ce qui vous motive à tenter l'aventure auvergnate ?

PB : « Une aventure peut-être...mais surtout une grande motivation à développer la sophrologie caycédienne en Auvergne. Après une étude de marché, quelques visites et contacts sur ce secteur, deux ateliers découvertes ouverts au grand public et à la presse et des actions mailing, un premier groupe s'est constitué dès le mois d'octobre 2014. Nommée en avril de cette

année directrice de l'école de sophrologie caycédienne de Clermont-Ferrand par SOFROCAY, il me tient à cœur de développer une présence active de la sophrologie caycédienne en auvergne ». ■

Patricia BROWNE
Directrice des écoles de sophrologie caycédienne de Lyon et de Clermont-Ferrand

www.sophrologie-caycedienne.com





NOUVEAU cycle à Lyon en janvier 2015

Un nouveau cycle en sophrologie caycédienne débutera fin janvier 2015 sur 4 modules de 3 jours (vendredi-samedi-dimanche) correspondant à la première étape :

Module 1-2 : 30 - 31 Janvier et 1er Février

Module 2-3 : 27 - 28 et 29 Mars

Module 4-5 : 29 - 30 et 31 Mai

Module 5-6 : 10 - 11 et 12 Juillet

UNE PREMIERE...UNE FORMATION EN SOPHROLOGIE CAYCEDIENNE A CLERMONT-FERRAND !

Une rentrée dynamique pour le tout nouveau cycle de l'école de sophrologie caycédienne de Clermont-Ferrand. En plein centre de Clermont-Ferrand au Corum Saint Jean, s'est tenu le premier module du cycle de formation, en week-end, les 11 et 12 Octobre 2014.

Possibilité d'intégrer ce cycle jusqu' au 28 novembre.

Plus d'informations ?

Patricia BROWNE 06.15.92.05.40



BRAVO !

CERTIFICATS

Bravo à celles qui ont récemment été certifiées sophrologues

- Christine VILLE
- Patricia DUFRESNE
- Silvie DUCORNET
- Sylvie LACHARME
- Betty SANFRATELLO
- Stéphanie CLERC
- Christine CLERC
- Patricia MAS
- Anne-Marie CAMBIE
- Morgane TRIVIDIC

CONFÉRENCE

ÉVÈNEMENT

La sophrologie caycédienne par le DR NATALIA CAYCEDO à Lyon

Samedi 15 Novembre - Espace Tête d'Or
10h à 12h tout public

Découverte de la sophrologie

14h à 17h : Public sophrologues ou futurs sophrologues en formation

Les 12 degrés de la relaxation dynamique

Inscription : sofrocay : www.sofrocay.com

FACEBOOK

INTERNET Retrouvez-nous !

La page Facebook de l'Ecole de Sophrologie Caycédienne de Lyon et Clermont-Ferrand contient des chroniques, des phrases du jour, des actualités, des photos, des infos pratiques, etc.



LA FORMATION du sophrologue

De l'acquisition d'un savoir et savoir-faire durant les 28 jours de formation à la méthode, au développement d'un savoir-être par les :

- entraînements
- supervisions
- analyses de la pratique

Comment, en tant que stagiaire, approfondir sa pratique en sophrologie caycédienne ? Toutes les infos sur les différentes étapes jusqu'à la validation des acquis...

LES ENTRAÎNEMENTS AUPRES DE SOPHROLOGUES, A L'ÉCOLE OU HORS ÉCOLE

Durant les 18 mois du 1er cycle, il est demandé à chaque stagiaire d'avoir suivi un minimum de 10 séances avec des sophrologues formés à l'école de Lyon/Clermont-Ferrand (en cours de formation au cycle supérieur) à l'école.

LES ENTRAÎNEMENTS A L'ÉCOLE

Les sophrologues formés à l'école de Lyon/Clermont-Ferrand proposent tout au long de l'année des groupes d'entraînements sur les différents degrés.

Objectif : L'opportunité de retravailler un degré spécifique pour les personnes en 2e étape du 1er cycle, et l'opportunité de s'entraîner avec des personnes différentes que les formateurs pour la 1ère étape, dans le cadre du suivi de 10 séances minimum tout

au long de la formation. 8 sophrologues participent actuellement à ces entraînements.

Jours et Heures : Lundi 18 à 19H – Vendredi : 18 à 19H – Dans la journée (jour et horaire à convenir en fonction des retours des stagiaires en cours de formation).

10 euros par séance de groupe, à l'ordre du sophrologue intervenant.

Lieu : 25 rue Philippe de Lassalle
69004 LYON

LES ENTRAÎNEMENTS HORS ÉCOLE

Objectif : permettre aux élèves de suivre des séances dans un groupe existant de sophronisants «tout public» pour découvrir différentes manières d'accompagner un groupe avec la méthode caycedo, ou suivre une séance individuelle avec un sophrologue caycédien indiqué par l'école.

Pour que cette découverte puisse être la plus variée possible, il est conseillé d'avoir pu participer à des groupes ou séances individuelles avec des sophrologues différents.

Les tarifs sont négociés par l'école avec les sophrologues caycédiens qui participent à cette ouverture vers des professionnels en activité, pour un apprentissage par la pratique :

10 euros maximum pour une séance de groupe
30 euros maximum pour une séance individuelle.

LES SUPERVISIONS

Il est demandé d'avoir suivi au moins 6 supervisions durant la 2^{ème} étape. Ces supervisions ont toutes lieu à l'école.

Objectif : Permettre aux futurs sophrologues de trouver leurs propres réponses à leurs questionnements lors de l'accompagnement de leurs « cas pratiques » en individuel ou en groupe. C'est un temps riche en apprentissage sur le savoir-être inhérent à notre métier. Le superviseur est là pour permettre à chacun de trouver « sa » réponse, à partir de ses propres ressources. Ces supervisions sont proposées en demi-journée, en petit groupe. Une demi-heure est dédiée à chaque participant. Sachant que les questionnements des uns peuvent enrichir la réflexion des autres...

Des supervisions en séances individuelles sont également possible lorsqu'une problématique est plus personnelle et plus difficile à évoquer en groupe.

Le coût de ces supervisions est de 30 euros, que ce soit en groupe sur une demi-journée ou en séance individuelle de 45 minutes.

L'ANALYSE DE LA PRATIQUE

Le participant à ces demi-journées proposées tout au long de l'année, guide une pratique de son choix

pour laquelle il souhaite avoir les retours du formateur qui anime cette demi-journée. C'est un temps principalement dédié à la pratique et l'apprentissage de la guidance.

Coût : idem que pour les supervisions

LA VALIDATION

La validation de chaque RDC₁ à 4 se fait sur 4 demi-journées, lorsque le stagiaire est prêt. Une heure est dédiée à chaque participant. La RDC doit être intégrée et la pratique demandée par la directrice de l'école. Ces temps de validation peuvent se faire lors des demi-journées d'analyse de la pratique.

Coût : 60 euros la demi-journée (module 13 qui se fait en 4 demi-journées).

LE MÉMOIRE

Par ailleurs, pour la partie écrite de la validation, un «mémoire» est demandé en fin de cycle, reprenant les différents éléments théoriques et pratiques de la Méthode Caycedo (pour vérifier leur intégration ou revoir certains éléments non intégrés ou mal interprétés), la phénodescription générale de l'ensemble de la formation (envoyée à Sofrocay), et 2 études de cas pratiques (individuel et/ou mini-groupe selon la réalité objective de chacun). ■



FACEBOOK

INTERNET

Retrouvez-nous !

La page Facebook de Ecol'COACH contient des chroniques, des phrases du jour, des actualités, des photos, des infos pratiques, etc.



Création d'une FÉDÉRATION

NOUVEAU Création de la
Fédération Coaching de Vie !

C'est l'élan d'un collectif, stagiaires, coach de vie et Ecol'COACH qui est à l'origine de la création de la Fédération Coaching de Vie.

Confrontés à l'absence d'une organisation professionnelle représentative du coaching de vie en France, l'évidence s'est très vite imposée à tous : il fallait la créer !

Après plusieurs échanges, la mise en place de commissions et la tenue d'une assemblée constitutive, un conseil d'administration a été élu le 8 Novembre. Il est chargé de poser les bases de cette association loi 1901 et de mener les premières actions visant à promouvoir l'activité coaching de vie en France. Une belle aventure en perspective ! A très bientôt pour de nouvelles informations.

VIDÉO

INTERNET

Retrouvez-nous
sur Youtube !

La vidéo de présentation de la formation Accompagnant coach de vie a été vue plus de 250 fois sur youtube. Et vous, l'avez-vous visionnée ?



PUBLICATIONS

INTERNET Dernières publications
Ecol'COACH en ligne...

www.formation-ecolcoach.fr

Deux nouvelles publications sur le coaching de vie sont téléchargeables sur le site Ecol'COACH :

- COACHING DE VIE :
mouvement et accompagnement
- COACH DE VIE :
discrétion et accompagnement



Le coaching PAR TÉLÉPHONE ?



Le coaching par téléphone est proposé quelquefois, qu'en pensez-vous ?

Je pense qu'il est essentiel que le coaché se trouve face au coach pour être véritablement accompagné. L'accompagnement coaching de vie suppose une présence physique, un entre-deux relationnel à la fois visuel, auditif et « énergétique ». L'implication est plus grande...

Le coaching de vie ne se réduit pas à de l'écoute et à du dialogue. Le jeu des transferts et des projections est plus opérant

dans un face à face ou un côté à côté...la mobilité physique des participants (coach-coaché), l'expression physique, l'accueil des émotions, tout cela est fortement réduit par l'entremise du téléphone et même par skype.

En revanche, lorsqu'un accompagnement coaching de vie est bien engagé par un « travail » d'élaboration et de confirmation de l'objectif, lorsque le client doit s'absenter durant une période longue, maintenir un relais par téléphone peut être envisageable. Ce relais bénéficie de tout le processus déjà engagé précédemment. L'avantage alors pour le coaché est de ne pas perdre la dynamique enclenchée. Le coaching par téléphone doit être ponctuel. ■

TEXTE Roger DAULIN



Le coaching POUR EXPATRIÉS

Le coaching pour les expatriés est-il vraiment efficace ?

Si l'expatriation mobilise des espérances et un goût d'aventure, des craintes, des peurs peuvent surgir, chez l'expatrié et ses proches. De lister son projet de départ, de s'assurer qu'une idée personnelle puisse également nourrir les motivations de sa famille plus ou moins prête à partir, jusqu'à l'accompagnement au retour dans son pays de départ avec son lot d'inquiétudes sur les possibilités de réadaptation, le coaching de vie a toute sa place. ■

→ Vous souhaitez en savoir plus ?

Voir le lien sur la page Facebook d'Ecol'COACH.

«Le coaching pour les expatriés est-il vraiment efficace ?»

ou www.franceinfo.fr

date d'émission le

28 septembre 2014



BRAVO !

CERTIFICATS

Bravo à ceux qui ont récemment été certifiés coach de vie

- Aurélie DUBUC
- Louna KARYO
- Yves LEFRANC
- Jean-Christophe DELERS
- Quentin DESMARIS
- Corinne COTTE
- Patricia VERNERET
- Ghyslaine REMONDAT
- Colette HARTEMANN
- Karine DEBESSE



PHOTO de groupe

FORMATION La 2e session de la formation Accompagnant coach de vie vient de se terminer en septembre dernier.. Une belle énergie de groupe partagée tout au long de la formation !

TROUVER SON COACH...



INTERNET C'est facile !

Sur le site de Ecol'COACH, le réseau coach de vie certifiés est désormais accessible. Il suffit de cliquer en bas de la page d'accueil sur « CARTE » et une carte de France apparaît. Il ne vous reste plus qu'à cibler votre département et le tour est joué ! Bien sûr, il faudra encore quelques mois pour que cette carte soit pleinement alimentée, mais déjà aujourd'hui des coordonnées de coach de vie sont présentes.
www.formation-ecolcoach.fr

La prochaine FORMATION

NOUVEAU

LA PROCHAINE FORMATION « ACCOMPAGNANT COACH DE VIE » débutera les jeudi 23 et vendredi 24 Avril 2015...inscriptions ouvertes dès à présent. Vous souhaitez recevoir notre documentation 0478301487 ou par mail : ecol-coach@orange.fr



14

Ils sont 14 dans le tout dernier groupe de stagiaires venant de démarrer la formation « Accompagnant Coach de vie »...

www.formation-ecolcoach.fr



La relation d'accompagnement

UNE DÉMARCHE DE SOCIABILISATION
ET D'HUMANISATION

Il existe des relations qui sociabilisent et humanisent : l'accompagnement en est une. Dans la façon d'être en lien, d'instaurer une juste distance, d'entretenir de la bienveillance, d'accueillir l'autre tel qu'il est, là où il en est, ces temps relationnels installent un entre-deux propice à promouvoir la fraternité.

Est-ce que cela fera pour autant des êtres fraternels ? L'être humain est doté de ressources et doué dans ses échanges pour manifester à la fois de l'humanité et de l'inhumanité. Tout être humain est à multiples facettes : il est à la fois ceci et cela, digne et indigne, ouvert et fermé, accueillant et rejetant. Mais est-ce pour autant une raison de ne pas offrir le temps d'une relation d'accompagnement, un espace propice à l'humanisation des échanges ?

L, accompagnement par le coaching de vie, la sophrologie caycédienne ou les massages-bien-être, trouve sa place dans une démarche sociabilisante. Accueillir l'autre c'est déjà reconnaître son existence et instaurer les prémisses d'un lien fraternel. C'est ouvrir une relation sans intention d'orienter et de diriger. C'est cheminer à côté de l'autre. Pas devant, ni derrière mais bien à côté...Devant indiquerait que le professionnel sait ce qui est bon pour l'autre et montrerait ainsi la route à suivre. Ni derrière, car il s'agirait de pousser la personne dans une direction, c'est-à-dire le forcer à avancer, à progresser sans savoir si cela est adapté pour elle.

Accompagner c'est accueillir, entendre, être disponible, renoncer à avoir la bonne réponse pour l'autre...Accompagner, c'est ne pas avoir d'intention, de projet pour l'autre. C'est le laisser grandir s'il le souhaite avec les moyens dont il dispose, le soutenir dans son autonomie et ses propres décisions. Être là, en miroir, présent, ouvert, accueillant l'autre à l'endroit où il est et pas là où nous souhaiterions qu'il soit.

Reconnaître l'autre tel qu'il est, est une façon de l'accueillir en tant que sujet. Être « un entendant de l'autre », de ce qu'il dépose dans l'entre-deux relationnel. A quoi se reconnaît une relation d'accompagnement ? À la façon d'être témoin des choix effectués par l'accompagné et à la manière de poser un regard dénué de jugement, un regard humanisant⁽¹⁾.

« Être un entendant » c'est offrir à l'autre de l'ouverture et une distance sans cesse ajustée. C'est le recevoir sans projet, sans intention, sans attente. C'est l'accueillir sans visée, sans à priori, sans condition. C'est faire don d'une hospitalité relationnelle.

C'est la mise en situation d'une relation fraternelle, adulte-adulte, qui reconnaît l'autre en tant qu'humain tout à la fois dans son unité et sa spécificité.

L'ACCOMPAGNEMENT OFFRE UNE RÉPONSE À DEUX BESOINS RELATIONNELS FONDAMENTAUX : ÊTRE ENTENDU ET ÊTRE RECONNU

L'accompagnement, en accueillant la globalité de l'autre, offre une réponse à deux besoins relationnels fondamentaux : être entendu et reconnu. De surcroît, ce dispositif invite chacun à grandir en tolérance, en bienveillance et en liberté. La relation d'accompagnement engage à partager, dans l'entre-deux ainsi dégagé, une co-responsabilité : celle de s'humaniser au contact de l'autre ! Cette situation humaine est source d'enrichissement par l'expérience relationnelle. Difficile d'accéder à sa vérité intérieure sans la présence de l'autre, sans ce face à face, sans une réciprocité de compréhension et de disponibilité. Sans cette articulation qui favorise un compagnonnage de qualité et de confiance, point d'exploration et de découverte. La démarche de sociabilisation, que la relation d'accompagnement pointe et souligne, s'engage dès lors qu'un être humain se sent membre de l'espèce humaine, relié et affilié. Cette dynamique de sociabilisation porte en elle l'espérance d'un vivre ensemble plus solidaire. Ce mouvement de sociabilisation qui anime chaque humain libère un besoin d'autonomie, d'individualisation, d'évolution

au sein même de la condition humaine. Cette sociabilisation est le fruit d'un ajustement constant des relations et c'est précisément ce mouvement de régulation, dans le lien à l'autre qui engendre la relation fraternelle.

Celle-ci délaisse l'analyse, le jugement, le faire pour l'autre pour produire de la liberté, du libre arbitre, de la maturité relationnelle. Même si cela ne dure que le temps d'une relation d'accompagnement, le temps d'une séance, l'humanité s'invite et s'exprime.

L'HUMANITÉ S'INVITE ET S'EXPRIME DANS LA RELATION D'ACCOMPAGNEMENT

Elle naît au moment même où un être humain reconnaît un autre être humain comme son égal, lorsque l'autre n'est plus considéré comme un objet, son espace de projection, son terrain de jeu - ou du je - lorsqu'un respect mutuel oblige chacun à reconsidérer d'où il s'exprime et comment il s'active, se déplace et se meut dans la relation à l'autre. L'accompagnement est une pratique d'humanisation qui rapproche des personnes singulières, authentiques, spécifiques dans un échange qui invite mais n'impose pas, qui suggère l'égalité des rapports dans le sens ou la notion de supériorité, d'expertise s'estompe d'elle-même. Accompagner propose de cheminer un bout de temps, un bout de vie, à côté de, sans influencer, sans saisir, sans diriger, loin de toute position magistrale. Renoncer à avoir une réponse pour l'autre à une question qui le plus souvent ne nous est pas posée directement malgré les apparences est une façon de ne pas récupérer ce qui ne nous appartient pas. Loin de toute



indifférence c'est au contraire prendre soin d'une relation humanisante qui laisse à chacun la ressource de sa parole, de sa solution, de ses possibles et de ses ouvertures. Ce qui s'invente à chaque fois, c'est un apport mutuel de liberté.

Un accompagnant est certes engagé dans la relation mais pas impliqué dans la recherche d'une solution pour l'autre. C'est se retirer de la solution en préservant le lien à l'autre, la qualité de présence, un accueil global de la personne, celle qu'elle est, là où elle en est, et l'accompagner là où elle seule souhaite se diriger.

Il en va ainsi de l'accompagnement : un visage libre et respectueux d'un entre-deux relationnel pour une pratique socialisante et humanisante. ■

TEXTE **Roger DAULIN**

(1) Georges LEVESQUE et Gérard WIEL évoquent, dans leur livre « pratiquer l'humanité » Ed. Chronique sociale, « un regard éthique sur autrui ».