



INSTITUT DE FORMATION ET DE RECHERCHE  
POUR LE DÉVELOPPEMENT DE LA PERSONNE

Édition Septembre 2024

# Cycle 1- 2025

## Découvrir l'écoute active en Approche Centrée sur la Personne

**Qualiopi**   
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre  
de la catégorie d'action suivante :  
**ACTIONS DE FORMATIONS**



0669012429

[www.ifrdp.com](http://www.ifrdp.com)



[documentation@ifrdp.net](mailto:documentation@ifrdp.net)

## Carl ROGERS et l'Approche Centrée sur la Personne

Carl Rogers est un psychologue américain (1902-1987), psychothérapeute, pédagogue, chercheur, auteur. Il est le fondateur de l'Approche Centrée sur la Personne qui est une méthode de psychothérapie, mais aussi de counselling et de travail de groupe. Son approche s'inscrit dans le courant humaniste.

Son enseignement universitaire, dès 1940, avec sa conférence « Psychothérapie : quelques concepts nouveaux »\* a révolutionné le monde de la psychologie. Il développe à partir de ses propres expériences et de ses recherches sa méthode thérapeutique. Il valide cette approche par de nombreux enregistrements d'entretiens qu'il réalise dans le cadre de la recherche à l'université du Wisconsin. Il a gagné plusieurs prix, dont un prix d'excellence pour ses recherches en psychologie et psychiatrie.

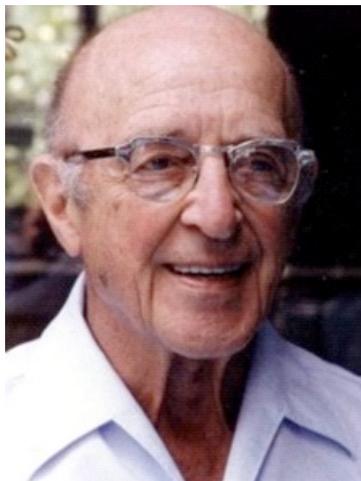
Loin de se limiter au seul champ thérapeutique, Carl Rogers s'est intéressé aux applications possibles de son approche à

d'autres champs : la pédagogie, les relations interpersonnelles, la conduite des groupes, la résolution des conflits. Il a consacré la fin de sa vie à la facilitation de petits et de grands groupes interculturels.

Il a été pressenti pour figurer dans la liste des candidats au Prix Nobel de la Paix l'année de sa mort grâce à son travail soutenu et créatif lors de séminaires dans des pays en situation de conflit : Irlande, Nicaragua, Afrique du Sud...

La notoriété de l'Approche Centrée sur la Personne est internationale. Elle est pratiquée aux Etats-Unis, en Amérique du Sud, en Europe et au Japon.

\* Conférence publiée dans son livre «*Counseling and Psychotherapy*», pour l'édition française : «*Relation d'aide et psychothérapie*», ESF, Paris, 1994.



## L'Institut de Formation et de Recherche pour le Développement de la Personne

L'IFRDP - Institut de Formation et de Recherche pour le Développement de la Personne – a été créé en 1997.

L'Institut fonde son action sur l'Approche Centrée sur la Personne de Carl Rogers et sa conception de la relation d'aide basée sur « *La confiance dans le potentiel de développement de chacun* ».

L'IFRDP reste ouvert à d'autres approches psychologiques qui ont démontré leur efficacité et sont reconnues internationalement pour leur apport dans le domaine de la relation d'aide et de la psychothérapie.

### La philosophie de cette approche

La Psychologie Centrée sur la Personne repose sur :

- Une confiance fondamentale dans l'organisme et une vision humaniste de l'homme. Elle part du principe que chaque homme dispose d'une tendance fondamentale à la croissance et à l'actualisation de soi, et porte en lui des capacités singulières pour évoluer et résoudre ses problèmes. Le terme que l'on a le plus couramment utilisé pour la définir est celui de « tendance actualisante », présente dans tous les organismes vivants.
- Une confiance dans la personne « *chaque individu possède en lui-même des ressources considérables pour se comprendre, changer d'idée qu'il a de lui-même, changer ses attitudes de base et de trouver un comportement autonome, pourvu que lui soit assuré un climat d'attitudes facilitatrices qu'on peut déterminer* ». Carl Rogers

La pratique de l'Approche Centrée sur la Personne, issue de cette conception de la personne, met la relation au cœur du processus. C'est une relation de « Personne à

Personne ». Le client (terme utilisé par Carl Rogers à la place de patient) est une personne avec sa singularité, ses caractéristiques qui lui sont propres. Le professionnel est présent aussi en tant que personne engagée dans une relation à une autre personne et accompagnant celle-ci dans son expérience d'être.

C'est en effet la qualité de cette relation qui est transformatrice. Dans cette pratique, le savoir est nécessaire mais non suffisant. Ce sont essentiellement les qualités d'être du praticien qui sont sollicitées pour favoriser un processus de changement par l'instauration d'un climat qui favorise le développement et la croissance.

Ce climat résulte de la mise en œuvre par le praticien de trois attitudes fondamentales : la congruence, le regard positif inconditionnel et la compréhension empathique.

Ce sont ces attitudes que nos formations visent à développer et qui s'appliquent dans le domaine de la relation d'aide, de la psychothérapie et d'autres domaines d'application de l'Approche Centrée sur la Personne. Ces attitudes ne sont pas un acquis figé, mais un potentiel qui s'actualise en permanence.

## La démarche pédagogique Centrée sur la Personne

Elle vise à créer un processus de groupe et un contexte favorable à l'apprentissage des attitudes propres à l'Approche Centrée sur la Personne. Elle se veut de garder ce fil conducteur de « l'expérientiel » et de la conceptualisation d'en comprendre le sens, de faire le lien avec les théories et concepts.

Le processus de croissance est un support constant de formation, ainsi que chacun est invité à participer pleinement à l'élaboration des journées.

Elle est basée sur trois axes :

- **Expérientiel** : au cœur même de la formation, il permet de développer la compréhension profonde et intégrée des différentes propositions théoriques de l'Approche Centrée sur la Personne.
- **Théorique** : il apporte les connaissances nécessaires, invite à la recherche, à la créativité et à l'ouverture.
- **Pratique** : il aide les stagiaires à développer leurs compétences par l'expérimentation des attitudes fondamentales, et par l'analyse de leur pratique professionnelle dans le domaine de l'écoute dans la relation

d'aide et dans les autres domaines d'application.

L'institut et ses formateurs mettent à la disposition du groupe les moyens suivants :

- Mises en situation d'entretien et travail sur les attitudes fondamentales : expérimentation et analyse de la rencontre et du processus d'accompagnement.
- Groupe de rencontre : expérimentation et analyse de la communication personnelle et interpersonnelle au sein du groupe.
- Supervision : regard sur sa pratique dans un climat de confiance et de sécurité.
- Groupe de réflexions : travail sur un thème au programme ou proposé par les participants.
- Pratiques accompagnées d'écriture, individuelle et collective.
- Ateliers vidéo.
- Accompagnement individuel de chaque participant tout au long de la formation avec bilans réguliers.
- Mise à disposition d'une documentation complète et d'une bibliographie.

## Organisme de formation professionnelle accrédité par la FF2P et l'EAP

L'IFRDP est habilité « European Accredited Psychotherapy Training Institute » (EAPTI) depuis 2006, au niveau national, par la Fédération Française de Psychothérapie et Psychanalyse (FF2P) et au niveau européen par l'Association Européenne de Psychothérapie (EAP). Cela signifie que l'Institut est validé pour la formation à la

psychothérapie qu'il dispense. Ainsi les étudiants qui auront satisfait aux exigences de la formation et obtenu le certificat à la psychothérapie dans l'ACP pourront solliciter l'EAP pour le Certificat Européen de Psychothérapie (CEP) et la FF2P pour le Certificat de Psychopraticien.

## Principes européens pour la formation à l'ACP

La Formation et le perfectionnement en *Psychothérapie et relation d'aide Centrées sur la Personne et expérientielles* s'entend dans le sens de favoriser la personnalisation, c'est-à-dire le développement de la personnalité de la personne en formation, par une relation et rencontre centrées sur la personne et expérientielles entre les formateurs et les personnes en formation, visant les compétences personnelles et professionnelles requises pour offrir, établir, maintenir et développer des relations centrées sur la personne et expérientielles avec les clients.

Il s'agit d'une entreprise à la fois orientée vers le processus et l'expérience, et engagée dans une réflexion théorique approfondie sur les expériences. Elle consiste à :

- Expérimenter le développement personnel dans des cadres divers (par exemple groupes de formation, groupes de développement personnel, thérapie, conseil de groupes, etc.).
- Traiter des œuvres théoriques de Carl Rogers et d'autres théoriciens centrés sur la personne et expérientiels de même que du développement continu des positions théoriques personnelles de la personne en formation.
- Appliquer concrètement ces aspects.
- Pratiquer sous supervision, des relations centrées sur la personne et expérientielles avec des clients.

Elle est réalisée à travers les relations avec différents facilitateurs, psychothérapeutes, praticiens de la relation d'aide et enseignants et dans des cadres divers, afin de profiter de possibilités d'apprentissage variées pour promouvoir la créativité et reconnaître la diversité personnelle et culturelle.

Elle est fondée sur un mode d'apprentissage autonome basé sur le pouvoir donné à chacun, la « liberté d'apprendre » telle qu'elle est postulée par Carl Rogers, et l'auto-évaluation dans le respect des exigences existant dans les cadres juridiques et institutionnels respectifs.

Les personnes et les institutions assurant les formations s'engagent à respecter des normes éthiques clairement définies, un développement scientifique continu de la théorie et de la pratique des Approches Centrées sur la Personne, à la recherche scientifique et à coopérer avec les institutions et personnes similaires aux niveaux national et international.

*Bruxelles, le 11 novembre 2001 - PCE Europe*

La déclaration de Strasbourg	Extrait d'un document de la FF2P
<p>L'institut souscrit pleinement et est en accord avec la déclaration de Strasbourg dont voici l'essentiel :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La psychothérapie est une discipline spécifique du domaine des sciences humaines dont l'exercice représente une profession libre et autonome.</li> <li>2. La formation de psychopraticien exige un niveau élevé de qualification théorique et clinique.</li> <li>3. La diversité des méthodes psychothérapeutiques est garantie.</li> <li>4. La formation dans une des méthodes psychothérapeutiques, doit s'accomplir intégralement et comprend la théorie, l'expérience sur sa propre personne et la pratique de supervision.</li> <li>5. L'accès à la formation est soumis à diverses préparations préliminaires, notamment en sciences humaines et sociales.</li> </ol>	<p>«Le certificat européen de psychothérapie sera décerné à des praticiens dont la formation est achevée. Il sera attribué par l'Association Européenne de Psychothérapie selon des critères déterminés par l'European Association of Psychotherapy, d'après les recommandations des Organisations Nationales d'Attribution (ONA) reconnues par l'EAP et avec l'approbation de l'Organisation Européenne spécifique à la méthode de psychothérapie concernée. Contenu de la formation menant à la délivrance du CEP :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Études théoriques</li> <li>• Expérience psychothérapeutique personnelle (ou équivalence)</li> <li>• Formation pratique »</li> </ul>

## Procédure d'accueil pour les personnes en situation de handicap

Nous avons à cœur d'accueillir dans nos formations les personnes en situation de handicap. Les demandes sont prises en compte individuellement et lorsque cela est possible, nous adaptons l'organisation et les outils pédagogiques en fonction des besoins spécifiques de chaque personne en situation de handicap.

l'IFRDP garantit aux personnes en situation de handicap un accueil et une écoute des besoins et des demandes sans discrimination et diffuse cette politique auprès de l'ensemble des acteurs impliqués dans les formations professionnelles dispensées.

Référente handicap : Marie Collignon [marie.collignon@ifrdp.net](mailto:marie.collignon@ifrdp.net)

## Prévention des liens d'intérêts

La prévention des liens d'intérêts s'effectue sur base des déclarations des intervenants et en toute transparence auprès des participants aux actions de formation professionnelle.

Déclaration : pour prévenir d'éventuels liens d'intérêts réels, perçus ou potentiels, les concepteurs et intervenants des actions pour professionnels de santé déclarent avant chaque formation les liens d'intérêts et leur nature.

Transparence : si des liens d'intérêts sont mis en évidence, ils seront communiqués avant chaque formation.

## Cycle 1: Découvrir l'écoute active en Approche Centrée sur la Personne

### Introduction

Ce cycle se structure autour de deux axes forts :

- Les fondements théoriques, philosophiques et éthiques de l'Approche Centrée sur la Personne.
- Le développement et l'accroissement du niveau de conscience de la personne du futur écoutant

C'est à travers les acquis expérimentiels du processus de groupe, que sont développées en chacun la maturité nécessaire et la compréhension profonde et durable des propositions théoriques rogoriennes.

### Objectifs

#### Acquérir un savoir et des connaissances :

- Les différents types d'entretien et leurs étapes, le cadre d'entretien, les attitudes globales et séquentielles mises en œuvre dans un entretien.
- Les concepts fondateurs et théoriques de la relation d'aide
- La spécificité et les caractéristiques de la relation d'aide centrée sur la personne telle que définit par Carl Rogers, et ses différents champs d'application.
- Les conditions requises pour une bonne écoute et les obstacles à l'écoute
- L'éthique et les règles de déontologie

#### Acquérir un savoir être et un savoir faire

- Conduire un entretien et identifier ses attitudes et leurs effets dans la relation avec l'écoutée : écoute active et reformulation, soutien, questions, solution, évaluation, interprétation.

- Accueillir la personne en demande d'aide, présenter le cadre de l'entretien.
- Recueillir les éléments pour clarifier le problème, poser des questions ouvertes qui aident à l'exploration, s'adapter à la réalité de la personne accueillie, adopter une attitude non jugeante et éthique, créer un cadre rassurant et sécurisant, faciliter l'expression des émotions.
- Comprendre la problématique : reformuler de façon claire et juste les propos et les ressentis de la personne, identifier ce qui fait problème, faire preuve de compréhension empathique, d'attitude de non-jugement et de congruence.
- Terminer un entretien.
- Se mettre en question, reconnaître ses limites, s'auto évaluer.
- Percevoir et analyser ses aptitudes à entrer en communication avec l'autre.

### Contenu et déroulement

- Présentation de l'Approche Centrée sur la Personne et de la relation d'aide : les fondements philosophiques, les concepts théoriques fondateurs : le développement de la personne, la notion de croissance, la tendance actualisante, le processus directionnel...

- Les attitudes fondamentales favorisant le développement de la personne : la congruence, le regard positif inconditionnel, la compréhension empathique, la qualité de présence.
- Présentation de situations de relation d'aide telles que les participants les vivent.
- Les différents domaines d'application de l'approche : entretien, animation de groupe...
- Les attitudes globales et séquentielles mises en œuvre dans un entretien et dans toute relation d'aide.
- L'écoute active et la reformulation.
- Travail sur la connaissance et la conscience de soi. Percevoir et analyser ses aptitudes à entrer en communication avec l'autre.
- Questionner sa pratique : son potentiel et ses ressources, ses limites, ses attitudes.
- Percevoir les qualités personnelles et professionnelles qui entrent en jeu dans la relation d'aide centrée sur la personne et l'application de l'ACP.
- Travail sur ses propres valeurs.

### Pré-requis

C'est un cycle ouvert à toute personne qui veut développer des compétences **d'écoute et d'accompagnement en relation d'aide**. Un entretien téléphonique au préalable avec un des membres du comité pédagogique aura lieu pour évaluer la motivation du stagiaire et son projet, et évaluer sa cohérence par rapport au contenu de la formation proposée.

### Public concerné

Toute personne intéressée par l'Approche Centrée sur la Personne, en particulier les professionnels du secteur médical, paramédical, sanitaire, social, éducatif, socio-éducatif, socio-culturel, de l'enseignement, la formation, de la psychologie, des ressources humaines.

### Moyens pédagogiques

- Mise en situation et expérimentation des attitudes fondamentales propres à l'Approche Centrée sur la Personne.
- Création d'un processus de groupe et d'un contexte favorable à l'apprentissage de ces attitudes.
- Exploration par chacun de son style personnel.
- Prise en compte de l'expérience professionnelle et des besoins exprimés dans le cadre du groupe.
- Apports théoriques.
- Exercices individuels, en sous-groupes et en grand groupe.
- Ateliers d'écoute et d'empathie.
- Analyse de situations concrètes proposées par les participants.
- Groupes de parole.

Les méthodes utilisées auront pour effet de créer un processus de groupe et un contexte favorable à l'apprentissage des attitudes propres à la relation d'aide.

Priorité sera donnée à l'expérience professionnelle, aux besoins exprimés dans le cadre du groupe, ce qui peut modifier légèrement le contenu.

Un recueil de documents spécifiques avec une bibliographie est remis à chaque participant.

### Bilan et évaluation

- Évaluation des compétences d'écoute du stagiaire lors de la formation, par une observation et un feed- back du formateur lors des mises en situation d'entretien.
- Feed- back basé sur plusieurs critères : capacité à ouvrir et terminer un entretien, écouter, reformuler, conduire le processus, faciliter l'expression, accompagner les émotions, respecter le silence.
- Bilan de fin de formation.
- Formation validée par une attestation de fin de formation.

Calendrier et lieux

**Bordeaux**  
15 au 18 avril 2025

**Dijon**  
10 au 13 juin 2025  
9 au 12 décembre 2025

**Lyon**  
8 au 11 avril 2025

**Paris**  
3 au 6 juin 2025  
25/26 octobre  
+ 22/23 novembre 2025  
(WE)

**Rennes**  
14 au 17 octobre 2025

## Conditions générales d'inscription

La formation se déroule sur 4 jours

### Coût pédagogique

- Normal : 1 020 €
- Réduit : 795€ pour les particuliers (acompte de 450€ + solde de 345€)
- Les frais de déplacement, restauration et hébergement restent à la charge des participants.

### Inscription pour les personnes qui financent leur formation

Pour vous inscrire, vous devez signer un « contrat de formation » et remplir une fiche de renseignements. A compter de la date de la signature du contrat, vous avez un délai de 10 jours pour vous rétracter. Vous en informerez l'IFRDP par lettre recommandée avec accusé de réception. Dans ce cas, aucune somme ne peut être exigée.

L'inscription est prise en compte à réception du dossier complet, au moins un mois avant la date de la première session de formation, accompagné d'un virement ou d'un chèque de 450€.

### Règlement

Le paiement du coût pédagogique du cycle s'effectue de la façon suivante :

- Un chèque de 450€ à l'inscription 450€
- **Solde avant le début de la formation** à réception de la facture.

### Conditions financières en cas d'interruption de la formation

En cas d'abandon de la formation par le stagiaire pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue, le stagiaire s'engage à verser à l'IFRDP, une indemnité de dédit correspondant au prix de la formation inexécutée dans l'année en cours.

Si par la suite de force majeure dûment reconnue, le stagiaire est empêché de suivre la formation, il peut rompre le présent contrat de façon anticipée. Dans ce cas, seules les prestations de formation effectivement dispensées sont payées à l'IFRDP.

### Inscription pour les personnes prises en charge (OPCO ou entreprise)

Pour vous inscrire, vous devez demander et faire signer un « convention de formation » par votre employeur et remplir une fiche de renseignements. A compter de la date de la signature du contrat, vous avez un délai de 10 jours pour vous rétracter. Vous en informerez l'IFRDP par lettre recommandée avec accusé de réception. Dans ce cas, aucune somme ne peut être exigée.

### Règlement

Le paiement du coût pédagogique du cycle s'effectue au comptant après chaque session.

L'IFRDP se réserve le droit d'annuler un cycle de formation 10 jours avant les dates programmées si le nombre de participants n'est pas suffisant. Dans ce cas, les sommes déjà versées seront intégralement remboursées.

Le dossier d'inscription et le contrat de formation sont disponibles sur simple demande à :  
[documentation@ifrdp.net](mailto:documentation@ifrdp.net)



## Bulletin d'inscription « Cycle 1-2025 »

### Dossier à renvoyer au plus tard un mois avant le stage

Je m'inscris pour la formation :

<input type="checkbox"/> <b>Bordeaux</b> 15 au 18 avril 2025 <input type="checkbox"/> <b>Lyon</b> 8 au 11 avril 2025	<input type="checkbox"/> <b>Dijon</b> 10 au 13 juin 2025 <input type="checkbox"/> <b>Dijon</b> 9 au 12 décembre 2025
<input type="checkbox"/> <b>Paris</b> 3 au 6 juin 2025 <input type="checkbox"/> <b>Paris</b> Week-end : 25/26 octobre + 22/23 novembre 2025	<input type="checkbox"/> <b>Rennes</b> 14 au 17 octobre 2025

Coordonnées personnelles	Pour les personnes prises en charge, Indiquez les coordonnées de l'employeur
Nom :	Entreprise :
Prénom :	Personne à contacter :
Adresse personnelle :	Adresse :
Tèl :	Tèl :
Courriel :	Courriel :
Profession :	

Je choisis :

- En envoyant la prise en charge dont je bénéficie.
- En effectuant un virement ou envoyant un chèque de 450€ à l'ordre de l'IFRDP à l'inscription. Solde avant le début de la formation, à réception de la facture.  
**RIB IFRDP : IBAN FR76 1027 8073 1700 0214 3960 171 – BIC : CMCIFR2A**  
**Merci de veiller à inscrire votre nom et prénom sur le virement bancaire**
- Le bulletin d'inscription est à envoyer par courriel à [documentation@ifrdp.net](mailto:documentation@ifrdp.net) ou par voie postale à l'adresse IFRDP 49, rue Brillat-Savarin – 01100 OYONNAX

L'inscription est définitive après la signature de la convention de formation.

Je reconnais avoir pris connaissance des conditions générales d'inscription et je les accepte.

A ..... Le .....

Signature