



La Ligne du Temps

Modèle de transe et de transformation

LeDoJo

Centre de formation aux métiers de la relation d'aide

La Ligne du Temps fournit autant un modèle de développement personnel qu'un ensemble de techniques et d'outils au service des praticiens de la relation d'aide. Cette formation vise à vous faire acquérir, expérimenter, intégrer et appliquer ce nouveau modèle d'accompagnement au changement : la Ligne du Temps.

À l'issue de cette formation, non seulement vous apprécierez la manière dont nos souvenirs du passé, notre représentation du présent et nos projections dans l'avenir sont organisés d'une façon qui nous est propre, vous reconnaîtrez comment cette disposition nous renseigne sur notre personnalité, nos valeurs, nos motivations, notre raison d'être, également et saurez comment vous servir de ces renseignements pour mieux vous guider et guider d'autres personnes dans la réalisation d'objectifs de changement grâce aux techniques spécifiques du modèle de la Ligne du Temps.

La Ligne du Temps : une définition

La Ligne du Temps est la représentation spatiale de la temporalité subjective. Le passé, le présent et l'avenir se trouvent représentés dans l'espace à l'intérieur et/ou à l'extérieur du corps par une configuration plus ou moins linéaire.

Cette temporalité particulière n'est pas le temps de l'agenda, de la montre, du calendrier..., c'est celle qui souligne la manière dont on se repère dans le temps, par rapport au temps, en fonction du temps qui passe, qui tarde, qui court..., que l'on prend, perd, retrouve... en relation avec les points de repère d'avant, pendant, après.

Le temps : une fiction utile

Le temps est relatif, et, avec la Ligne du Temps, réversible. Il est habituel de considérer que le passé influe sur le présent et impacte naturellement, de ce fait, l'avenir. Cette causalité linéaire, aussi commode soit-elle pour expliquer certains phénomènes, ne permet pas de tenir compte de la complexité de l'être humain et ce schéma usuel est loin d'être immuable. Les travaux de changement réalisés avec la Ligne du Temps nous servent amplement d'illustration. Lorsque les événements du passé sont perçus sous un nouvel angle ils prennent un tout autre sens. Projeter des événements à venir permet de créer aujourd'hui le futur que l'on désire. Vivre pleinement l'instant présent donne accès à toutes ses ressources pour réaliser ses rêves ici et maintenant.

Un modèle efficace pour accompagner le changement

La Ligne du Temps représente à la fois un modèle précis permettant d'encourager et d'accompagner le changement et le reflet du fonctionnement de l'humain dans lequel chacun est susceptible de se reconnaître.

Le dispositif particulier que constitue la Ligne du Temps est décrit et expliqué dans l'ouvrage de Jane Turner : La Ligne du Temps : un outil pour dresser son bilan et réorganiser sa vie.

Praticien de Thérapie par la Ligne du Temps : une formation complète certifiante

Cette formation est ouverte à toute personne qui, intéressée par le développement personnel et les processus de changement, soit dans l'optique de sa propre évolution individuelle, soit dans une visée professionnelle, en tant que praticien de la relation d'aide (coach, formateur, conseil, psychologue, éducateur, psychothérapeute, hypnothérapeute, etc.) souhaite acquérir de nouvelles techniques d'intervention.

Résultat de la modélisation de l'expérience humaine, elle fournit un modèle de base et un ensemble cohérent d'outils et techniques qui facilitent le développement personnel et professionnel. Ce modèle innovant et fiable a déjà fait ses preuves et démontré son efficacité dans divers domaines d'application. En pratiquant la Ligne du Temps pour vous-même et avec les personnes que vous accompagnez, vous découvrirez une nouvelle logique d'intervention évolutive.

Une formation en trois étapes

La formation complète au modèle de la Ligne du Temps s'organise en trois étapes : la formation de base, le perfectionnement, la certification.

La formation de base, d'une durée de quatre jours, offre les outils et techniques nécessaires pour réaliser un accompagnement fondamental avec le modèle de la Ligne du Temps. Les apprentissages faits au cours du cycle de perfectionnement, d'une durée de quatre jours, permettent de gagner en aisance dans l'utilisation du modèle et de réaliser des interventions sur mesure. La certification, d'une durée de deux jours, comporte des travaux de révision et d'intégration permettant de valider les connaissances des participants en vue de l'attribution de la certification de « Praticien certifié dans la Thérapie par la Ligne du Temps ».

La Formation de Base

Durant cette formation, vous apprendrez comment vous accompagner et accompagner les autres dans une démarche de changement basée sur la cinquième dimension : le temps.

Vous découvrirez la puissance de ce modèle et pratiquerez des techniques précises qui permettent de mettre à jour la Ligne du Temps et de voyager dans le temps pour réaliser des interventions dans toutes les aires du temps : le présent, le passé et le futur.

Les apports théoriques et des travaux en grand groupe alterneront avec des démonstrations et exercices pratiqués en sous-groupes pour permettre l'intégration des techniques présentées.

Des personnes souhaitant utiliser les techniques du modèle de la Ligne du Temps pour leur propre développement personnel uniquement trouveront de quoi satisfaire leur recherche dans cette première étape de la formation complète. Toutefois, bien qu'il soit possible de ne suivre que la formation de base à la Ligne du Temps, le cycle de perfectionnement offre un approfondissement du modèle et un étendu de techniques complémentaires susceptibles d'intéresser tout le monde, autant les particuliers que des professionnels de la relation d'aide.

Vous apprendrez comment :

- mettre à jour la Ligne du Temps,
- voyager dans le temps,
- aligner et équilibrer les aires du temps : passé, présent, futur,
- alléger le passé, renforcer le présent, ordonner le futur,
- redécouvrir ses rêves pour les rendre réels,
- agir sur les émotions répressives pour libérer son plein potentiel,
- désactiver des émotions négatives, non-aidantes rapidement et facilement,
- activer des émotions positives, aidantes qui soutiennent les changements désirés,
- éliminer la colère et la culpabilité pour qu'elles ne bloquent plus le progrès,
- transmuter la peur en puissance,
- contacter ses ressources en toutes circonstances,
- dépasser la tristesse qui empêche d'avancer,
- reconsidérer les événements du passé,
- accéder à de nouveaux apprentissages,
- transformer les décisions limitantes,
- établir des objectifs SUPER, des objectifs qui donnent l'envie, et les moyens de les réaliser,
- prendre de bonnes décisions pour l'avenir,
- clarifier ses valeurs, les ordonner et les aligner,
- vivre ses rêves au présent,
- se réaliser à travers le temps,
- créer l'avenir.

Le Cycle de Perfectionnement

Pendant cette formation, des techniques avancées de la Ligne du Temps seront enseignées. Ce cycle de perfectionnement permet d'approfondir la compréhension du modèle et enrichir son utilisation grâce à la découverte de nouveaux moyens et techniques d'intervention.

Les explications techniques seront appuyées de démonstrations et de travaux réalisés en séance plénière qui serviront d'exemple pour les exercices pratiqués en sous-groupes afin de faciliter l'assimilation des protocoles présentés.

Vous apprendrez comment :

- décoder et apprécier pourquoi et comment intervenir au niveau de la structure même de la Ligne du Temps ;
- comprendre l'organisation temporelle d'une personne sans mettre à jour sa Ligne du Temps de façon formelle ;
- écouter au delà du discours pour entendre l'agencement singulier des aires du temps ;
- utiliser le déplacement dans l'espace dans les interventions avec la Ligne du Temps ;
- vous servir du mouvement et du rythme pour consolider le changement ;
- augmenter en puissance des protocoles de la PNL (Programmation Neuro-Linguistique) en combinaison avec ceux de la Ligne du Temps ;
- coordonner les techniques du modèle de la Ligne du Temps et des techniques de la PNL avancée ;
- réaliser des interventions complexes en toute simplicité dont les effets sont durables.

La Certification

Les deux jours consacrés à la validation des connaissances théoriques et pratiques du modèle de la Ligne du Temps sont constitués de travaux de révision, d'intervision et de supervision. Des « figures imposées » composées de techniques choisies par l'enseignant, et des « figures libres » constituées d'interventions sur mesure décidées et exécutées par des participants eux-mêmes permettent de constater le niveau requis pour l'obtention du certificat de « Praticien certifié dans la Thérapie par la Ligne du Temps ».

Animateur

Jane TURNER, auteur de : Réorganisez votre vie avec la Ligne du Temps (InterÉditions)