

Pratiquer Le Travail soutien téléphonique

La pratique du Travail en soutien téléphonique a de **nouvelles recommandations!** Merci d'en prendre connaissance avant d'appeler. Ces recommandations ont été mises à jour le 21 mai 2010.

A propos du soutien téléphonique

Le soutien téléphonique est un service gratuit offert pour les personnes qui découvrent Le Travail et qui ont besoin d'assistance ou de soutien. Notre soutien téléphonique est fourni par des facilitateurs volontaires de l'Institut pour Le Travail qui soutiennent les personnes qui appellent et souhaitent connaître comment pratiquer Le Travail pour eux-mêmes. Si vous souhaitez approfondir votre expérience du Travail, suivre des sessions régulières de facilitations, et/ou apprendre à vous auto-faciliter, nous vous invitons à contacter un [Facilitateur Certifié](#). Nous sommes ici pour vous aider à retourner votre vie.

Comment appeler le soutien téléphonique

1. Vérifiez les horaires (page suivante) pour voir quand un facilitateur est disponible. (**Toutes les heures sont en US Pacific Time**). Si vous n'êtes pas sûr de ce qu'est Pacific Time, merci de chercher sur Google "Pacific Time". En haut de la fiche horaire vous pouvez voir l'heure actuelle en Pacific Time). **Merci de ne pas appeler les facilitateurs en dehors des horaires prévus.**
2. Appelez le facilitateur par téléphone ou Skype pendant les heures prévues. **Si vous n'arrivez pas à joindre le facilitateur, laissez un message sur son répondeur ou par messagerie Skype avec vos coordonnées** et quand vous pouvez être rappelé (sur la base des horaires de la zone Pacific Time, et dans les 24 heures suivantes). Merci de parler doucement et clairement et répétez votre numéro de téléphone. Le facilitateur fera de son mieux pour vous rappeler dans les 24 heures.
3. **L'appel est à votre charge.** Merci de ne pas appeler en PCV. De nombreux facilitateurs disposent de ligne téléphonique gratuite et peuvent vous rappeler sur demande.
4. Les facilitateurs du soutien téléphonique respectent votre vie privée. Vous n'êtes pas tenu de donner votre nom, origine, ni aucune autre information d'identification.
5. **Munissez-vous d'une Feuille de Travail Jugez-Votre-Voisin rempli ou d'une question concernant Le Travail.** Vous trouverez [ci-dessous](#) les informations sur la façon de remplir la Feuille de Travail Jugez-Votre-Voisin.
6. **Le soutien téléphonique n'est pas fait pour une pratique suivie du Travail** La durée de votre appel dépend de différents facteurs. Notre intention est d'être disponible pour le plus grand nombre possible.
7. Si vous êtes en danger immédiat de vous nuire ou de nuire à autrui, merci d'appeler le service d'urgence local ou contactez un établissement, hôpital ou association de soins en santé mentale.

Comment remplir une Feuille de Travail Jugez-Votre-Voisin?

- Lisez les trois premières parties du Chapitre 2 de *Aimer ce qui est*
- [Regardez la vidéo](#) de Katie faisant la démonstration de la façon de remplir le formulaire Jugez-Votre-voisin
- Remplissez une [Feuille de Travail Jugez-Votre-Voisin](#) concernant ce que vos pensées et émotions à propos de quelqu'un, autre que vous-même, particulièrement si vous débutez avec Le Travail.

- Faites de votre mieux et si vous restez confus, nos volontaires pour le soutien téléphonique seront là pour vous guider à travers cette démarche.

A propos des Facilitateurs Volontaires pour le soutien téléphonique.

- Le soutien téléphonique est assuré par des Facilitateurs Certifiés et par des candidats de l'Institut pour Le Travail. Ils donnent bénévolement de leur temps pour vous soutenir dans la pratique du Travail, vous permettant de développer votre capacité à pratiquer Le Travail par vous-même.
- Tous les Facilitateurs du soutien téléphonique sont expérimentés et ont procédé à une démarche rigoureuse de qualification.
- Les Facilitateurs du soutien téléphonique ne sont pas des experts en santé mentale et ne sont pas qualifiés pour donner de conseils ni en santé mentale, ni sur le plan médical, ni de toute autre nature.

Responsabilités des Facilitateurs du soutien téléphonique

- Il est de la responsabilité du Facilitateur de vous guider à travers Le Travail (quatre question et les retournements), de ne vous donner ni conseils ni traitement.
- Chaque facilitateur s'est engagé à respecter et suivre notre Code d'Ethique, Ce code d'Ethique est disponible [ici](#).

FAQs

Q : Vous dites que le soutien téléphonique n'est pas fait pour une "pratique suivie du Travail". Pourquoi?

R : Notre intention pour le soutien téléphonique est d'avoir des facilitateurs disponibles pour le plus grand nombre de nouveaux appelants et de les assister durant leur apprentissage de la pratique du Travail par eux-mêmes. Nous proposons de nombreuses autres options. Pour plus d'information visitez le site : www.thework.com.

Q : Lorsque j'appelle un Facilitateur Certifié du soutien téléphonique, le service est gratuite. Cependant lorsque je veux pratiquer Le Travail avec un Facilitateur Certifié qui n'assure pas le soutien téléphonique, il semble qu'ils demandent tous de l'argent. Pourquoi devrais-je payer quelqu'un alors que je peux l'appeler gratuitement?

R : Les Facilitateurs Certifiés qui sont volontaires pour le soutien téléphonique, en tant que bénévoles non rémunérés, sont là uniquement pour soutenir les personnes qui veulent apprendre à faire Le Travail par elles-mêmes. Puisque le soutien téléphonique est gratuit, il n'y a aucune garantie qu'un facilitateur, même s'il figure sur la liste, sera disponible pour pratiquer Le Travail avec vous, ni vous ni le facilitateur ne pouvant savoir le temps nécessaire. En contactant un Facilitateur Certifié via les profils du site www.thework.com, vous pourrez programmer un rendez-vous avec le Facilitateur de votre choix, serez en mesure de pratiquer Le Travail autant que vous le souhaitez, et vous pourrez alors avoir un suivi régulier du Travail avec la même personne. Un grand nombre de nos Facilitateurs Certifiés offrent des sessions gratuites d'introduction, une possibilité d'ajustement de paiement, et/ou des réductions pour des sessions multiples.

Q : J'aime particulièrement le facilitateur avec lequel j'ai effectué Le Travail. Puis-je le payer pour des sessions individuelles?

R : Consultez la liste des [Facilitateurs Certifiés](#). Votre facilitateur peut être ou pas dans la liste. Lisez le profil des Facilitateurs Certifiés, choisissez celui ou ceux dont le profil résonnent en vous, et contactez-les directement. La plupart des Facilitateurs Certifiés travaillent par téléphone et sont disponibles pour vous faciliter où que vous habitez.

Q : Je ne veux pas remplir une Feuille de Travail Jugez-Votre-Voisin. Je préfère travailler une simple pensée stressante. Pourquoi dois-je remplir une Feuille de Travail Jugez-Votre-Voisin pour faire Le Travail avec un volontaire du soutien téléphonique?

R : En remplissant la Feuille de Travail Jugez-Votre-Voisin cela vous donne plus d'une pensée stressante à Travailler; cela vous aide à clarifier vos pensées et vous permet une expérience plus profonde du Travail. Nous vous invitons donc à contacter le soutien téléphonique après avoir rempli la Feuille de Travail Jugez-Votre-Voisin. Reportez-vous au lien pour le téléchargement du formulaire.

Q : J'ai utilisé Le Travail en ligne. Mon facilitateur aura-t-il accès à mes feuilles de travail et pourra-t-il me faciliter dessus?

R : Le Travail en ligne est une activité à part et les volontaires du soutien téléphonique n'ont pas accès à vos feuilles de travail.

Q : Je souhaiterai faire un retour sur mon expérience du soutien téléphonique. Comment puis-je vous contacter?

R : Vos retours d'expérience sont les bienvenus pour Byron Katie. Vous pouvez lui écrire à helpline@thework.com ou utiliser la rubrique "Retour d'expérience" sur la page des horaires.

Limites de validation

Le soutien téléphonique pour pratiquer Le Travail est un service bénévole assuré par des Facilitateurs de l'Institut pour Le Travail. La responsabilité du soutien téléphonique pour pratiquer Le Travail ne sera assumée que par les facilitateurs eux-mêmes.

Limites de responsabilité

En utilisant le soutien téléphonique pour pratiquer Le Travail, vous assumez tous les risques associés à l'appel des Facilitateurs volontaires. BKI ne sera, en aucun cas, responsable de l'activité ni de l'appelant, ni du Facilitateur, pendant ou après l'utilisation de ce soutien téléphonique pour pratiquer Le Travail. Chaque appelant et Facilitateur est pleinement responsable de toute interaction existant entre les deux parties. BKI n'est pas responsable, et ne valide pas, toute interaction entre les deux parties et n'assume aucune responsabilité pour ces interactions ou quoique ce soit concernant ces interactions.

J'ai lu ces informations. (Pour voir la liste des facilitateurs actuellement disponibles pour le soutien téléphonique, cliquez sur le bouton du bas, déroulez la page des informations sur le soutien téléphonique en anglais, et cliquez sur "I have read this information".)