

LA FORMATION AUX FONDAMENTAUX DE LA RELATION D'AIDE

Bernard Barel

Public

Se former en relation d'aide c'est conquérir la posture fondamentale qui sous-tend toute stratégie d'accompagnement d'une personne, que ce soit dans la pédagogie, la thérapie, le coaching où toute stratégie de soin dans laquelle l'implication relationnelle est nécessaire. Elle concerne donc au premier point le sophrologue.

En effet, dans ces divers contextes, le professionnel est amené à gérer quatre paramètres qu'il doit contrôler :

- **le langage** : le professionnel par la clarification du contenu de ce que lui dit son client va vers la compréhension de la problématique de celui-ci ainsi que des moyens à mettre en place pour l'aider.
- **le rapport** : à tout moment, c'est la qualité de celui-ci qui déterminera l'atteinte ou non des objectifs.
- **le contexte** : la compréhension de la problématique du client et les démarches d'accompagnement au changement n'ont de sens que dans la mesure où le professionnel considère à la fois les conditions personnelles et psychologiques de celui-ci ainsi que celles inhérentes au contexte.
- **le référentiel théorique et éthique** : celui-ci est le paradigme qui sous-tend toute intervention professionnelle ; il est un ensemble de règles déterminant le sens, les formes, les limites de l'action.

La relation d'aide c'est l'art de la gestion de ces quatre paramètres.

Se former en relation d'aide, c'est donc apprendre à coordonner ces quatre axes qui structurent l'accompagnement.

Cette formation est donc spécialement conçue pour toutes les personnes travaillant dans le champ du soin, du secteur social et de l'accompagnement. Elle leur permettra de découvrir, de mieux comprendre et de se familiariser avec la Relation d'Aide et ses enjeux, d'un point de vue théorique et pratique et ainsi de l'intégrer dans leur pratique professionnelle. Cette formation les accompagnera dans la découverte des différents champs de la relation d'aide ainsi que de ses limites.

Cette formation est validée par le Certificat de Praticien en Relation d'Aide (certificat privé).

Objectifs

La formation à la Relation d'aide vise pour chaque personne le développement de ses compétences dans les quatre axes suivants :

- **Conceptuel :**

Penser la relation d'aide, en comprendre les enjeux, repérer comment les événements de vie d'une personne s'articulent avec la structure de sa personnalité.

- **Technique :**

Savoir communiquer en Relation d'aide : maîtriser les bases de la communication pour mieux structurer les interactions, établir le lien relationnel et le maintenir.

- **Personnel :**

La qualité de sa propre présence d'être : travail de connaissance de soi et travail sur l'équilibre affectif et la stabilité narcissique, pour permettre l'ouverture non défensive face aux clients ou patients, l'acceptation de soi et la fluidité des affects.

- **Professionnel :**

Transférer les acquis de la formation dans le champ professionnel afin de qualifier les gestes professionnels d'accompagnement des clients, patients ou ayants-droits. Notre accompagnement prendra en compte les acquis, l'expérience, la sensibilité, les valeurs et les motivations afin que chacun parvienne à trouver sa forme d'expression dans le cadre posé.

Cette formation se déroule en 3 étapes

1. Le processus de la Relation d'Aide
2. La technique de l'entretien dans la relation d'aide
3. La pratique, son champ théorique, ses limites

1) Le processus de la Relation d'Aide

Objectifs :

L'orientation première de notre travail concernera le choix que nous faisons de nous inscrire dans la relation d'aide, son réalisme et son implication dans notre propre histoire.

Quelle est la nature de notre engagement, notre motivation, quel est son sens, que vient-il nourrir chez nous ?

Tout ce travail de recherche sera expérimenté à travers la découverte de l'attitude fondamentale de la relation d'aide ; il conduit de façon concrète à l'acquisition d'un réel savoir-faire dans le métier de la relation d'aide.

Nous attacherons à définir ce qu'est la relation d'aide, son sens, ses champs d'application et son cadre professionnel.

Contenu :

- Identifier les raisons qui nous incitent à aider une personne.
- Pourquoi aider, comment aider.
- L'écoute.
- Aller vers l'autre en restant présent à soi.
- Comprendre les subtilités de la relation d'aide et ce qui la rend opérante.
- Comment prendre soin de soi dans la relation à la souffrance de l'autre.
- La relation d'aide, un savoir-faire et un savoir être.
- Les champs d'application de la relation d'aide

2) La technique de l'entretien dans la relation d'aide

Objectifs :

Cette étape nous accompagnera entre rigueur et souplesse dans la découverte de la technique de l'entretien. Nous nous intéresserons aux divers niveaux de l'écoute ; ainsi nous serons attentifs au langage verbal et non verbal, au contenu explicite du discours ainsi qu'au sens implicite qui l'accompagne.

Nous apprendrons à repérer ce qui est de l'ordre de la plainte ou de la demande, à trouver la juste distance, à aider la personne à la clarification installant ainsi de façon technique une relation aidante.

Contenu :

- Savoir conduire un entretien et en repérer les diverses phases.
- Techniques de l'écoute et de l'accompagnement
- Les diverses attitudes de l'aidant
- Différencier processus structure et contenu
- Communication verbale et non verbale
- Formes et structures du langage
- Message explicite et implicite
- De la plainte à la demande
- Les enjeux de la relation, manipulation et jeux de pouvoir, comment les contrôler ?

3) La pratique, son champ théorique et ses limites.

Objectif :

Cette étape consiste à situer la relation d'aide dans un environnement professionnel et surtout de mettre à jour les limites que l'aidant peut rencontrer. À la rencontre d'un début de pratique déjà mise en place et l'aspect théorique concernant la structure de la personnalité elle renforce la dimension réaliste et éthique de la pratique. Elle souligne le lien incontournable entre savoir, savoir-faire et savoir-être.

Contenu :

- Introduction au développement psychologique et à la psychopathologie.
- Approches structurelles et fonctionnelles de la personnalité
- Les émotions dans les étapes du processus de la relation d'aide
- Le transfert et le contre transfert
- Mises en situation concernant les limites
- Repérer les structures de soutien de la personne (qualités personnelles, environnement proche, structure médico-sociale...)
- Apprendre à repérer les états extrêmes, état suicidaire, état agité, agressif, dépressif, délirant, etc. et connaître les attitudes à adopter.
- Et encore, apprendre à prendre soin de soi, prendre conscience de nos limites et de nos compétences.