

Programme de formation - Relation d'aide - Niveaux I – II et III

QUALITÉ DE L'AIDE ET DE L'ACCOMPAGNEMENT

1) Public

Formation destinée aux professionnels de santé, médicaux et paramédicaux, aux professionnels sociaux, d'accompagnement et aux bénévoles qui souhaitent développer leur capacité à communiquer dans le cadre de l'activité d'aide humanitaire.

Nos formations sont accessibles sans acquis préalable et innovantes, même pour des personnes expérimentées.

2) Objectifs

- Humanisation de l'aide.
- Mieux communiquer en s'appuyant sur les valeurs de chacun.
- Développer ses capacités d'attention et de communication.
- Être proche des personnes que l'on aide sans être vulnérable.
- Mieux gérer les situations sensibles.
- Avoir un regard sur soi plus lucide.

3) Durée

Formation niveau I proposée en deux jours, avec possibilité de renforcer sa pratique en niveau II (2 jours) et niveau III (2 jours).

4) Programme

Approche préalable

Les sources d'équilibre

Connaître les besoins émotionnels et relationnels fondamentaux.
Les composants de l'équilibre psychique.

Mieux se connaître

Notre constitution émotionnelle.

Qualité de la communication

Porter son attention sur l'individu.
Connaître la communication verbale et non verbale.
Agir dans le bon ordre : S'ouvrir avant d'expliquer pour être compris.

Différencier les messages réels des messages apparents.
Oser dire et savoir entendre.
La communication et les 6 validations.
Connaître les manques de considération.

Relation, communication, aide et thérapie

Différence entre être en relation et être communicant.
Différence entre la communication d'aide et la communication thérapeutique.

L'art de poser une question juste

L'importance du non verbal.
Critères d'une vraie question.
Les différents types de question.
Quel type de question utiliser ?
Les non réponses.

Réaliser l'aide

L'importance du positionnement

Sa pensée, son positionnement face à l'autre.

Le guidage non directif

Confiance et respect.

Accompagner simplement

Aucune énergie pour combattre – Juste accompagner l'émergence de ce qui est exprimé.
Écoute et médiation plutôt que solution.

Ni distance, ni empathie

Se mettre à la place de l'autre nous éloigne de lui.
Être distinct sans être distant.
Être proche sans être vulnérable.
La chaleur humaine sans l'affectivité.

Remonter du symptôme à sa source

Bien différencier l'évènement de celui qui l'a vécu.
Confiance et reconnaissance.
Le déni dévastateur.
Ramener à la raison.

Respecter résistances et confidences

Rôle des résistances.
Les seuils d'indiscrétion.
Ne pas nuire.

Gérer des situations sensibles

Traumatisme psychique.
Violence et agressivité.
Alcoolisme et addictions.
Dépression et suicide.
Fin de vie et deuil.
Autres...

Le toucher (Pour les professionnels de la santé)
Association verbale et tactile.
Rôle dans la douleur.

Gagner du temps
Communiquer prend moins de temps.

Prendre soin de soi
Plus d'affirmation de soi.
L'ego et la personnalité.
Déculpabilisation.
Identifier ses ressources.
Groupes de parole.
Accompagnement individuel.

Charte de bienveillance des soignants

5) Action

La partie théorique du niveau I est complétée par des expérimentations très précises afin saisir certaines nuances importantes. Les niveaux II et III (optionnels) sont beaucoup plus axés sur l'affinement de son positionnement en communication. Le déroulement se fait de façon progressive afin d'intégrer par la perception chacune des expérimentations.

Exercices pratiques

La mise en situation permet de travailler la capacité à être présent, à reformuler, ne pas savoir à la place de l'autre, à savoir rester distinct tout en étant proche de la personne aidée, à être en même temps dans le respect d'autrui et dans l'affirmation de soi ou encore à gérer certaines situations sensibles. Tout ce qui fait la qualité d'un échange d'aide y est concrètement abordé ainsi que ce qui permet de ne jamais nuire.

6) Pédagogie

Les outils pédagogiques que représentent ces mises en situation permettent d'approcher progressivement et respectueusement la finesse et la délicatesse de son positionnement face à l'autre.

Les formations sont animées avec le minimum d'outils informatiques pour privilégier l'interaction avec les stagiaires. Pour une information complète sur les moyens pédagogiques et techniques de formation, vous trouverez le document à télécharger dans notre site internet.