Cohérences
des Projets et des Hommes

V.2021.09

Améliorer sa posture dans la relation d'aide

Public

Professionnels de la relation d'aide

Prérequis

Aucun

Durée

3 jours décomposés en 2+1, soit 21 heures

Dates et lieu

22-23 mars et 2 avril 2027 à Niort – Date limite d'inscription : 22 février 2027

Nombre de stagiaires

4 personnes minimum - 12 personnes maximum

Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes

Intervenant

Guy MELCHIOR

Objectifs pédagogiques

Connaître et utiliser les outils de l'Analyse Transactionnelle en lien avec la relation d'aide
Utiliser l'écoute empathique et des méthodes de questionnement pour faciliter la communication et l'interaction
Repérer et gérer ses émotions et celles de ses interlocuteurs et utiliser un langage adapté
Développer sa posture d'écoute pour garder une juste distance dans la relation d'aide

Méthodes pédagogiques

Jeux de rôles et mises en situation basés sur les expériences des stagiaires ; analyse vidéos ; échanges en groupe des expériences et des options de solutions ; apports théoriques ; exercices de gestion des émotions et du stress.

Modalités d'évaluation

Test d'autopositionnement avant et après la formation
Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation
Certificat de réalisation et attestation de formation individuels délivrés après la formation

Cohérences
des Projets et des Hommes

V.2021.09

Améliorer sa posture dans la relation d'aide

Contenu

Jour 1

- ✓ Définition de la relation d'aide
- ✓ La cible de l'aisance : auto-évaluation des compétences
- ✓ Les besoins dans la relation
- ✓ Quelques outils de l'Analyse Transactionnelle
  - Les besoins psychologiques
  - Influence et enjeux dans la relation d'aide
  - Les positions de vie
  - Les différents positionnements professionnels (égalité / infériorité / supériorité et leur remédiation)

Jour 2

- ✓ Quelques outils de l'Analyse Transactionnelle (suite)
  - La structure et le fonctionnement de la personnalité
  - Adapter son langage et ses attitudes face à son interlocuteur
  - L'origine des dysfonctionnements relationnels (Etats du moi, Transactions…)
- ✓ L'écoute active
- ✓ Le corps dans la communication

Jour 3

- ✓ Les émotions et sentiments
- ✓ La gestion des émotions
- ✓ Le stress et ses conséquences
- ✓ Les manipulations émotionnelles
- ✓ Sa posture : Outils d'une juste distance (assertivité, affirmation de soi, ne pas entrer ou comment sortir des jeux psychologiques)

Indicateurs de résultats

4 groupes en inter entre 2021 et 2023–30 personnes formées
En moyenne, les stagiaires ont attribué la note de 9.1/10 à la formation.