

Devenir accompagnant dans la relation d'aide

<i>Préface</i> du Professeur Jean-Pierre Olié	11
<i>Avant-propos</i>	15
<i>Première partie : Travailler sur soi</i>	21
Chapitre 1 : Trois questions fondamentales	24
Quel bénéfice si je travaille sur moi ?	24
Qu'est-ce qui me déclenche l'envie de travailler sur moi ?	25
Quels outils puis-je utiliser dans le travail sur moi ?	27
Prendre son vécu intérieur au sérieux	27
Interroger ses comportements	30
Peser le pour et le contre avant d'agir	32
Faire une lecture de son histoire personnelle	34
Prendre appui sur le meilleur de soi-même	37
Chapitre 2 : Quelques repères pour se comprendre	39
L'image de soi	39
L'idéal de soi	40
L'être	41
L'identité de la personne	41
L'agir essentiel	42
Les liens essentiels	42
L'ouverture à une transcendance	43
Les facultés mentales indispensables : intelligence, liberté, volonté	44
L'intelligence	44
La liberté	46
La volonté	46
La sensibilité	48
La sensibilité réagit à ce qui la touche	48
La personne met en place certains fonctionnements	48
Le corps	49
Sa réalité psychophysiologique	49
Les besoins du corps	50
Entrer dans une relation à son corps	50
La conscience psychologique	51
La partie socialisée de la conscience	51
La partie mentale de la conscience	52
La partie profonde de la conscience	53

Découverte de la référence à la conscience profonde.....	53
Les blessures psychologiques	54
Exemples de circonstances de blessures.....	54
La difficulté à être soi	55
Les symptômes chez l'adulte.....	56
Les réactions disproportionnées et répétitives	57
Autres réactions disproportionnées et répétitives plus complexes	58
La culpabilité	59
L'intériorisation et l'apprentissage social de ce sentiment	59
La culpabilité en tant que réaction disproportionnée et répétitive	60
La honte	61
Se sentir honteux peut avoir un effet positif	61
Suis-je « normal » ?	61
Et comment me voient les autres ?.....	62
Les mécanismes de compensation	63
Quelques exemples de compensation pouvant devenir des pièges...	64
Le système de défense	65
Attaquer les autres	66
Éviter et fuir.....	66
Se durcir.....	68
Minimiser ses besoins et ses aspirations.....	68
Anesthésier le vécu intérieur	69
Guérir	69
Définition	70
De quoi peut-on guérir ?	72
Avancer en développant ses compétences	73
Avoir envie de changer	73
S'ouvrir au réel intérieur et à la réalité objective	74
Vouloir vivre dans la vérité.....	74
Se mettre en cause	75
Assumer sa responsabilité avec détermination	75
<i>Synthèse</i>	77

***Deuxième partie : Accompagner en individuel*.....79**

***Chapitre 3 : Les motivations pour accompagner une personne avec des difficultés psychiques*.....84**

Généralités concernant les motivations	84
Les aspirations	84

Les motivations.....	86
Obtenir un plaisir	87
Éviter un déplaisir.....	87
L'articulation du couple plaisir/déplaisir	88
L'anticipation d'un plaisir ou d'un déplaisir	88
L'évaluation du ressenti	89
Les motivations personnelles.....	89
Les motivations intellectuelles	90
L'origine affective des motivations	91
Les motivations qui prennent appui sur des aspirations profondes ..	92
Les pièges dans la manière de vivre les motivations	93
Réflexion quant à l'évolution des motivations	96
Chapitre 4 : La formation initiale et continue	99
La formation initiale	99
Entrer dans une réflexion clinique continue	106
La formation continue.....	108
Chapitre 5 : Apprendre à écouter le vécu d'une personne.....	112
L'empathie dans la relation humaine	112
Ressentir les émotions d'un autre	112
Dysfonctionnements et pièges dans la manière de vivre l'empathie	117
L'empathie en tant qu'outil diagnostique	121
Deux approches du réel de la personne accompagnée	121
Se servir de l'empathie pour le diagnostic.....	126
Chapitre 6 : Développer ses compétences émotionnelles dans l'accompagnement	136
Accueillir le malade	136
Tenir compte du contexte dans lequel vit le malade	137
Donner des repères et des limites	138
Avoir une vie personnelle, affective et de loisirs	138
Repérer le stress et prendre des mesures correctives	139
Gérer ses émotions.....	140
Répondre dans une situation conflictuelle	141
Chapitre 7 : Travailler avec le transfert	143
Qu'est-ce que recouvre la notion de transfert?.....	143
Ressentir le transfert quand on est client soi-même	146

La confiance en la personne du conseiller	146
Le client n'est pas conscient qu'il y a transfert	147
La révélation du transfert.....	149
Transfert principal et transfert secondaire	149
Évolution du transfert au cours d'une relation d'aide suivie.....	150
Le vécu du transfert du point de vue du conseiller	152
<i>Synthèse</i>	155
<i>Troisième partie : Accompagner un groupe</i>	157
<i>Chapitre 8 : Différents types de groupes</i>	161
Le courant de la psychothérapie institutionnelle	162
L'hôpital de jour ou le Centre d'accueil thérapeutique à temps partiel (CATTP)	163
Les méthodes éducatives	164
L'utilisation de médiations dans la relation soignante	165
Art-thérapie.....	167
Musicothérapies.....	168
La pratique de l'écriture dans la relation soignante.....	169
La méthode PRH.....	171
Les groupes de parole	172
Deux types de groupe, entraide et thérapeutique.....	172
L'expérience de l'auteur	174
Les associations d'entraide	176
Réflexion sur le groupe en tant que tel	179
<i>Chapitre 9 : Construire un parcours de groupe</i>	182
Questions générales avant d'élaborer un parcours de groupe.....	183
Deux exemples de parcours de groupe	187
Le groupe addictologie	187
Le groupe pour les membres de la famille	190
<i>Chapitre 10 : Animer un groupe</i>	194
Se préparer à l'animation	195
Avant chaque séance	195
Choisir la pédagogie	196
La méthode de prise de la parole	199
Réagir aux interventions des participants	200
L'observation pendant l'animation	203
Favoriser l'alliance thérapeutique	203
Les limites de l'alliance thérapeutique	205

Un groupe de type thérapeutique est une psychothérapie de groupe	205
Quelques attitudes intérieures qui facilitent l'accompagnement	206
Écouter en se laissant toucher au profond de soi	207
Suivre la personne dans le détail et dans la précision.....	208
Foi en chacun	208
Chercher à nourrir les personnes présentes	208
Favoriser l'interactivité.....	209
Veiller au respect du vécu de chacun dans l'authenticité	209
<i>Synthèse</i>	210
<i>Quatrième partie : Les bénéfices de l'animation pour les accompagnateurs/animateurs</i>	211
<i>Chapitre 11 : Ce que le praticien reçoit de la part des patients</i>	214
L'exemple du groupe de parole en addictologie	214
Sur le plan intellectuel	215
Sur le plan émotionnel.....	216
Entrer dans une connivence avec les personnes reçues en entretien ou en groupe.....	218
La confiance du patient et la confiance de l'accompagnateur en lui-même	220
Tenir compte de tous les partenaires.....	221
Devenir son propre outil dans l'accompagnement	222
Poser un regard d'autosupervision sur soi	225
<i>Synthèse</i>	229
Conclusion	231
Documents	234
Lexique	236
Bibliographie	237