

MINI-OUTILS

Les mini-outils sont des itinéraires d'analyse guidée sur des sujets directement reliés aux thèmes ou à la pédagogie des sessions PRH. D'autres sont complémentaires à l'accompagnement en relation d'aide PRH. Tous sont conseillés dans le programme de formation personnelle méthodique qu'entreprennent ceux et celles qui désirent apprendre à gérer méthodiquement leur cheminement personnel.

CE QUI M'A AIDÉ... CE QUI M'A GÊNÉ... DANS LA RELATION AU(À LA) CONSEILLER(ÈRE)

INTRODUCTION

1. Explication du travail proposé
2. Le TPA

INTRODUCTION

Ce travail est à faire « à chaud », donc aussitôt après une relation d'aide. Il est particulièrement indiqué lorsqu'on débute avec quelqu'un en relation d'aide. Il pourrait être utilisé aussi, plus tard, lorsqu'on a été particulièrement gêné dans une relation d'aide.

1. EXPLICATION DU TRAVAIL PROPOSÉ

- Pour qu'une relation d'aide soit efficace, il faut que la relation entre vous et votre conseiller(ère) soit ajustée et harmonieuse.

Ce mini-outil voudrait vous aider à faire cet ajustement.

- Il s'agit :
 - de conscientiser ce qui vous aide et ce qui vous gêne ;
 - d'en faire part à votre conseiller(ère), en lui remettant votre analyse. Ainsi, il(elle) saura à quoi s'en tenir. Vous verrez ensuite, ensemble, ce qui peut être amélioré.

Il est possible que votre conseiller(ère) ne soit pas celui(elle) qui vous convient. Dans ce cas, n'hésitez pas à en choisir un(e) autre, car l'important est que vous, vous puissiez travailler efficacement. Il vous faut être à l'aise dans la relation afin de pouvoir vous abandonner à vous-même et à vos sensations afin de les analyser.

2. LE TPA

Dans la relation d'aide que je viens d'avoir,

- qu'est-ce qui m'a aidé ?
- qu'est-ce qui m'a gêné ?

Explication du TPA

Il s'agit de ce qui vous a aidé ou gêné du côté de l'accompagnateur(trice) :

- des choses relatives à sa personne : ses interventions, ses attitudes, ses gestes, etc.
- des choses relatives à l'environnement matériel : les sièges, l'éclairage, l'heure, la durée de l'entrevue, etc. Ne regardez pas ce qui serait venu de vous : mauvaise santé, soucis, etc.

Ne regardez pas ce qui serait venu de vous : mauvaise santé, soucis, etc.

QUE FAIRE DE CE TRAVAIL ?

Remettez-le à l'intéressé(e), comme il est dit plus haut, surtout dans les sessions ou les journées de formation à la relation d'aide PRH où cela l'aidera à se former.

Mais vous pouvez avoir de bonnes raisons de ne pas le lui remettre. En cela, comme en tout, soyez fidèle à votre conscience.