

POUR UNE AIDE EFFICACE AUX PERSONNES

AUGMENTER SES COMPÉTENCES EN RELATION D'AIDE

DOSSIER DU PARTICIPANT, DE LA PARTICIPANTE

NOM _____ PRÉNOM _____

DATES DE LA SESSION _____

ANIMÉE PAR _____

PRÉSENTATION DU DOSSIER

Le « Dossier du participant, de la participante » constitue le support matériel de l'expérience personnelle que vous vivrez au cours de cette session.

Il propose les « Travaux Personnels d'Analyse » ou TPA qui sont l'élément pédagogique qui balise la recherche des participants et participantes dans chaque session ou module PRH.

C'est l'élément pédagogique principal auquel se greffent les autres moyens mis en œuvre. Certains étaient déjà identifiés dans le feuillet de présentation.

MISE EN ROUTE. ATTENTES. APPREHENSIONS.

- Pourquoi me suis-je inscrit(e) à cette session ***Pour une aide efficace aux personnes*** qui fait suite aux modules *Apprendre à aider avec la méthode d'aide PRH* et *Apprendre à me faire aider selon la méthode d'aide PRH* ?
- Depuis que j'ai suivi les premières sessions : qu'est-ce qui a caractérisé mon avancée :
 - dans mon travail d'aidé(e) ?
 - dans mon travail d'aidant(e) ?
- En quoi a consisté mon expérience de « relation d'aide PRH » comme aidant(e) ? (dans le cadre de mon travail professionnel... en dehors... occasions rencontrées... etc.)
- Qu'est-ce que **j'attends de cette session** ?
- Ai-je des appréhensions ? Lesquelles ?

DEUXIEME JOUR

- Que me reste-t-il de marquant de la journée d'hier ?
- Je fais la liste des points marquants. Ensuite je peux déchiffrer brièvement l'un ou l'autre de ces points.

TPA 2 TRAVAIL SUR LE CAHIER D'OBSERVATIONS

- Le **vécu de la personne aidée** a éveillé mon attention sur certains aspects de ma manière de travailler quand je suis dans la même situation. Je fais la liste des points qui m'ont marqué particulièrement.
- Le **vécu du(de la) « conseiller(ère) »** de ce matin a retenu mon attention sur certains points de mon travail d'aidant(e). Je fais la liste de ces points.

Je choisis de travailler **3 ou 4** de ces points dans **l'une et l'autre liste** avec les TPA correspondants du **cahier d'observations**.

TPA 3 COMMENT AIDER QUELQU'UN À LAISSER VIVRE ET EXPRIMER SES SENSATIONS

3.1 Je regarde ma propre expérience d'Aidé

- Qu'est-ce que j'ai appris, de la part des personnes qui m'aident ou qui m'ont aidé, sur la manière d'accueillir les sensations du moment et de les exprimer tout au long de l'entretien ?
- Qu'est-ce qui, de la part de ces mêmes personnes, m'a parfois gêné dans ce travail à partir de mes sensations ?

3.2 Je regarde mon expérience d'aidant(e)

- Quand je permets à quelqu'un d'exprimer ses sensations, ai-je conscience de l'aide que je lui apporte ? En quoi consiste cette aide ?
- Quand j'ai la sensation d'avoir bien accompagné(e) l'autre dans le déchiffrement « à chaud » d'une sensation, quelle a été ma participation concrète à ce travail ?
- Quelles sont mes difficultés sur ce point ?

TROISIEME JOUR

- Que me reste-t-il de marquant de la journée d'hier ?
- Je fais la liste des points marquants. Ensuite je peux déchiffrer brièvement l'un ou l'autre.

TRAVAIL SUR LE CAHIER D'OBSERVATIONS

A partir de mon expérience vécue dans l'entretien de ce matin, et du partage qui a suivi, quels sont les points que je sens bon de travailler en vue de mon « auto-formation » ?

TPA 4 SE FAIRE AIDER ET AIDER DANS SES DISCERNEMENTS ET LES DÉCISIONS A PRENDRE

4.1 Comment je m'y prends pour me faire aider dans mes discernements ?

- Comment je fais pour aider quelqu'un qui vient me trouver pour un **discernement** ?
 - J'essaie d'analyser ma méthode de travail.
- Ai-je des difficultés dans ces cas-là ? Quelles sont-elles ?

QUATRIEME JOUR

- Ce qui me reste de plus marquant de la journée d'hier.
- Ce qui me va.
- Ce qui me va moins bien.
- Suggestions éventuelles.

TPA 5 SE FAIRE AIDER POUR PROGRESSER DANS SA CROISSANCE

5.1 En me référant à mon expérience d'aidé(e) et d'aidant(e) quels sont pour moi les signes qui manifestent qu'une personne progresse dans sa croissance ?

- Sur quoi ai-je à être **vigilant(e)** pour aider vraiment **quelqu'un à progresser** et à **devenir lui(elle)-même** ?

CINQUIEME JOUR

– Ce qui me reste de marquant de la journée d’hier ?

TPA 6 COMMENT UTILISER MES OBSERVATIONS ÉCRITES SUR MON C.O. ?

6.1 En parcourant mon cahier d'observations, j'essaie de voir ce qui m'a particulièrement intéressé(e) cette semaine, en vérifiant :

- le **titre des fiches** que j'ai le plus souvent travaillées ;
- les **observations** qui me semblent les plus intéressantes parce qu'elles m'aident à mieux me connaître. Je peux les souligner d'un trait de couleur.

Je note aussi les **fiches que je n'ai pas du tout travaillées**. Pourquoi ?

6.2 Je fais le point à partir de ces observations :

- dans ma manière de me faire aider :
 - qu'est-ce qui est constructif ?
 - qu'est-ce qui est inefficace ou peu efficace pour ma croissance ?
- Sur quels points ai-je à porter mon attention si je veux continuer à progresser :
 - au niveau de mes attitudes : « comment être » ?
 - au niveau du « comment faire » ?
- Quelles sont les fiches qui m'aideraient à progresser dans les mois qui viennent ?

6.3 Je fais le point à partir de ces observations :

- dans ma manière d'aider les autres :
 - où sont mes points forts ?
 - où sont mes points faibles ?
- A quoi ai-je à être attentif(ve) pour améliorer ma façon d'aider autrui ?
- Quelles sont les fiches qui m'aideraient à progresser dans les mois qui viennent ?

BILAN DE LA SESSION

- En quoi cette session m’a-t-elle été **profitable** pour ma formation à la relation d’aide PRH :
 - comme aidant(e) ?
 - comme aidé(e) ?
- Que me restera-t-il de **marquant** ? Je fais la liste.
- Est-ce que je me sens invité(e) à **poursuivre cette formation** ? Quelles sont mes **motivations** à la faire ?

Quels moyens vais-je prendre :

 - à court terme,
 - à moyen terme,
 - pour poursuivre dans le sens de la session ?
 - pour élargir mon expérience ?