

# Apprendre à aider et me faire aider

*Un apprentissage de la relation d'aide*

## **CE QUE PEUT VOUS APPORTER LE STAGE**

Apprendre à vous faire aider méthodiquement afin de retirer un meilleur profit de vos entretiens individuels. Acquérir les bases de la méthode PRH d'aide à autrui, en particulier découvrir et expérimenter les attitudes aidantes tant pour l'accompagné que pour l'accompagnant.

## **LE CONTENU DU STAGE**

- On commence par cerner le champ de sa pratique de la relation d'aide.
- A partir de l'analyse de sa propre expérience d'aidé(e) on met en relief des repères fondamentaux de l'aide à autrui.

*On apprend à préparer méthodiquement ses entretiens à l'aide de mini-outils individuels et à présenter sa préparation*

*On se forme pour aider efficacement les autres :*

- L'accent est mis notamment sur le « comment être » à travers :
  - l'écoute
  - les attitudes fondamentales
  - le déroulement d'un entretien-type en ses différentes phases.

*La pièce maîtresse de ce stage est un travail expérimental d'entretiens vécus à l'intérieur du groupe des participants*

- Ces entretiens sont suivis d'un travail d'observation à l'aide de grilles d'analyse :
  - de celui (celle) qui aide
  - de celui (celle) qui est aidé(e)
  - des observateurs
- Puis sont proposés des temps d'échanges et de confrontation de ces analyses
- Tout cela sous la responsabilité, l'orientation et avec les apports du formateur ou de la formatrice PRH qui anime le stage.

*Plan d'action et bilan*

## **PERSONNES CONCERNÉES – CONDITIONS DE PARTICIPATION**

Ce stage est profitable autant pour les personnes souhaitant apprendre à se faire aider méthodiquement, que pour celles qui désirent être efficaces dans leur façon d'écouter et d'accueillir les autres.