

Introduction à la Psychologie, Communication et Relation Thérapeutique (Module BS, Tronc Commun)

Description/Définition

Etymologiquement, la psychologie signifie la science de l'âme...Son objet est l'étude du comportement humain sous tous ses aspects psychiques, normaux ou pathologiques. Cette formation vise la découverte des concepts-clés des principaux courants de la Psychologie, ainsi que l'acquisition d'outils pratiques utilisables pour la connaissance de soi, l'introspection, la relation d'aide et une première approche du concept de thérapie.

Ce premier module se propose de faire un tour d'horizon des principaux courants de la psychologie, en parlant des bases et des principaux éléments qui la composent tels que les facteurs biologiques et cognitif, le développement et ses stades, l'apprentissage et la communication.

La deuxième partie du cours s'orientera vers la découverte des bases de la relation d'aide, l'écoute active et la reformulation dans le cadre d'une relation client-thérapeute.

Pré-requis/Public

Ouvert à tous

Objectifs du cours

Ce module permet d'acquérir les bases de la psychologie et de la communication humaine. Découvrir son fonctionnement et les différents secteurs qui nous composent pour se sensibiliser à l'observation et à l'introspection.

Ce module a pour objectif de découvrir la notion de psychologie ainsi qu'une vue d'ensemble des principales orientations de la psychothérapie (psychologie cognitive, biologique, du développement et de l'apprentissage).

Au niveau de la communication, seront enseignées les bases de la relation humaine et de l'espace relationnel, bases fondamentales nécessaires à toute dynamique de relation d'aide.

Contenu

Origine et définition de la psychologie

Psychologie biologique et du développement

Principales orientations de la psychologie et de la psychothérapie (psychanalytiques, comportementales-cognitives, existentielles-humanistes, systémiques-interactionnelles)

L'apprentissage et la motivation, définition de la communication

Eléments de connaissance de soi : pensées, émotions, besoins, pulsions, sentiments, désirs, comportements...

Ecoute active et empathie

L'espace relationnel, proximité, distance, transfert

La reformulation, décodage et encodage

Communication et Relation Thérapeutique

Description/Définition

Même si communiquer est naturel, il ne va pas de soi de devenir conscient de la forme et du fond de ce qui est communiqué. En tant que thérapeutes nous devenons particulièrement conscient de la communication et des mécanismes qui entrent en jeu lors de toute interaction humaine. La communication se déroule sur 3 niveaux : la relation à soi, la relation à l'autre et la relation avec l'environnement. Devenir pleinement conscient de notre communication et des enjeux de la communication, c'est progresser vers la maîtrise de son énergie car tout communique en permanence.

L'entretien thérapeutique et la relation d'aide se définissent dans une forme et un cadre qui facilitent et sécurisent le commencement, le déroulement et l'aboutissement de la séance de thérapie. L'apprentissage de ces séquences facilite la progression vers une compétence inconsciente et naturelle des processus et des techniques de l'entretien thérapeutique.

Pré-requis/Public

Module : « Introduction à la psychologie, communication et relation thérapeutique »

Objectifs du cours

Savoir conduire un entretien thérapeutique de manière structurée et méthodique selon un modèle ORBA en quatre points : Observation de la scène de vie, expression des ressentis et Emotions, identification des Besoins et mise en Action d'un objectif SMART.

Ce module permettra aussi d'apprendre à récolter les informations lors de l'entretien et établir une anamnèse en posant les bonnes questions. L'apprentissage d'éléments du langage non verbal et du décodage, permettra d'optimiser la conduite d'entretien et la mise en place d'un objectif adéquat.

Contenu

- Les 3 niveaux de la communication
- Les 4 Pouvoirs de la relation humaine
- Les secteurs psychiques et relationnels
- Accueillir et se synchroniser
- Positionnement du thérapeute et du client
- La prise de note et l'anamnèse
- Questionnement, écoute active et conduite d'entretien
- Questions fermées / ouvertes
- Reformulation, clarification et validation
- Identifier les sabotages à la communication
- Le triangle dramatique et le triangle de l'autonomie
- Identifier la scène de vie avec le VAKOG

Mise en évidence des besoins et des émotions

Mise en place d'un objectif SMART

Pratique d'une séance de relation d'aide de A à Z

Durée : 2 x 2 jours (32 h)

