

Durée
10 jours / 70 heures
Format
4 J en E-learning
6 j en Réunion de groupe à distance

LES FONDAMENTAUX DE LA RELATION D'AIDE

Tarif
Individuel 1990 €
Employeur/France Travail 2390 €

PROGRAMME DETAILLE

JOUR 1 Module 1 : Les grands courants de la psychologie

- LE COURANT PSYCHODYNAMIQUE**
I- LES ETAPES DU DEVELOPPEMENT
1- La théorie du développement infantile – S.Freud
Les stades libidinaux
Le complexe d'oedipe
2- Les étapes du développement – J.Piajet
Le schème - Assimilation, Accommodation, Equilibration
Les stades du développement cognitif
3- La relation mère-enfant – D.W. Winnicott
4- La théorie de l'attachement – Bolby, Answorth, Main
II – LE CONCEPT D'INCONSCIENT ET LES MECANISMES DE DEFENSE
1- L'inconscient
2- Le conflit intrapsychique
3- Les mécanismes de défense
4- Les notions de transfert et contre-transfert
5- La cure psychanalytique

JOUR 2 Module 1 : Les grands courants de la psychologie

- LE COURANT COMPORTEMENTALISTE**
1- Les sciences du comportement ou behaviorisme
Le conditionnement (Watson)
Le conditionnement opérant (Skinner)
Le conditionnement vicariant (Bandura)
2- Les psychothérapies comportementalistes
LE COURANT COGNITIVISTE
1- La triade cognitive (Beck)
2- Les distorsions cognitives
3- La thérapie rationnelle émotive (Elis)
4- La thérapie cognitive
5- Le raisonnement hypothético-déductif
LE COURANT SYSTEMIQUE
Linéarité / Circularité
Localité / Globalité
Hiérarchie / Anarchie
Ouverture / Fermeture
Les thérapies systémiques

JOUR 3 Module 2 : Psychopathologie

- LES TROUBLES ANXIEUX**
• L'anxiété de séparation
• La phobie spécifique
• L'anxiété sociale (phobie sociale)
• Le trouble panique
• L'agoraphobie
• L'anxiété généralisée
LES TROUBLES DE L'HUMEUR
• L'épisode dépressif caractérisé
• Les troubles bipolaires
SCHYZOPHRENIE ET AUTRES TROUBLES PSYCHOTIQUES
• Les différents types de symptômes définissant les troubles psychotiques
• La schizophrénie
• Autres troubles : délirant, psychotique bref, schizophréniforme, schizo-affectif

JOUR 4 Module 2 : Psychopathologie

- LES TROUBLES ADDICTIFS**
• Troubles liés à l'alcool
• Troubles liés au cannabis
• Sevrage d'un sédatif, hypnotique, ou anxiolytique.
LES TCA (Troubles du Comportement Alimentaire)
• Pica
• Mérycisme
• Anorexie mentale
• Boulimie
• Accès hyperphagiques
LES TROUBLES DE LA PERSONNALITE
• La personnalité paranoïaque • La personnalité schizoïde • La personnalité schizotypique • La personnalité antisociale • La personnalité borderline • La personnalité histrionique • La personnalité narcissique • La personnalité évitante • La personnalité dépendante • La personnalité obsessionnelle-compulsive

JOUR 5 Module 3 : L'entretien thérapeutique

- 1- PRINCIPES DE LA RELATION D'AIDE ET ATTITUDES FONDAMENTALES
• Comprendre la relation d'aide selon Karl Rogers
• Adopter la posture du thérapeute
2- ACCUEILLIR LA PERSONNE ET CADRER L'ENTRETIEN
• Créer l'alliance thérapeutique
• Installer le Cadre
Utiliser les outils de l'écoute active
3- ENGAGER UNE STRATÉGIE THÉRAPEUTIQUE
• Observer les signaux et les comportements
• Rechercher les causes historiques et psychodynamiques
• Définir un attendu

JOUR 6 Module 3 : L'entretien thérapeutique

- 4- COMPRENDRE LA PLAINTES ET SES FONDEMENTS
• Prendre en compte les registres du besoin, de la demande et du désir
• Identifier la place des émotions, du symptôme, des mécanismes de défense et d'adaptation.
5- COMPRENDRE LES MÉCANISMES PSYCHIQUES À L'ŒUVRE DANS L'ENTRETIEN
• Identifier « Le transfert » du patient
• Ressentir son « Contre-transfert » de thérapeute
6- SAVOIR SE PROTÉGER
• Réguler ses propres émotions
• Connaître ses limites
• Perdre la position "méta" avec des phénomènes de résonance émotionnelle, identification, projection, transfert et contre-transfert

JOUR 7 Module 4 : Les fondamentaux de l'hypnose

- 1- HISTOIRE ET DEFINITION DE L'HYPNOSE
• Hypnose clinique, hypnose de spectacle : différenciation
• L'hypnose à travers les âges : des origines à nos jours
• Définir l'hypnose : approche scientifique, approche thérapeutique
2- LES BASES NEUROPHYSIOLOGIQUES DE L'HYPNOSE
• Fonctionnement du cerveau sous hypnose : neuroscience et hypnose
• Les ondes cérébrales ; les différents états de conscience
3- LES APPROCHES ET COURANTS EN HYPNOSE
• Hypnose Ericksonienne
• Nouvelle hypnose, hypnose humaniste, hypnose spirituelle
• Auto-hypnose : initiation guidée à l'auto-hypnose
4- HYPNOSE ET RELATION D'AIDE
• Poser l'objectif et border l'intention
• Accompagner et co-construire
• Démonstrations avec un(e) participant(e) volontaire
• Initiation à des techniques d'induction simples

JOUR 8 Module 4 : Les fondamentaux de l'hypnose

- 5- TECHNIQUES D'INDUCTION ET DE SUGGESTIONS
• Quelques techniques d'inductions rapides et lentes
• La suggestion directe et indirecte
• L'ancrage
• Atelier pratique : Hypnose en duo
• Apprendre à induire une transe
• Ancrer un bon souvenir
6- HYPNOSE ERICKSONIENNE
• Les bases du Milton Model
• L'utilisation des métaphores
• Atelier pratique : Hypnose en duo selon ce modèle
7- HYPNOSE HUMANISTE
• Une conscience plus large et unifiée
• Utiliser les symboles
• Atelier pratique : Hypnose en duo selon ce modèle
8- HYPNOSE SPIRITUELLE
• Démonstration d'une technique simple et éthique

JOUR 9 Module 5 : Les fondamentaux de la PNL

- 1- DÉFINITION DE LA PNL
• Les présupposés
• La carte du monde
• Structure de l'expérience subjective
• Des faits aux comportements
• Les étapes de l'apprentissage
• Les niveaux logiques de la pensée
2- LA COMMUNICATION AVEC LA PNL
• Généralités et rappels de communication
• LE RAPPORT : base d'une communication réussie
• LA CALIBRATION : savoir capter les ressentis
• LA SYNCHRONISATION : entrer en contact avec l'autre
• L'ÉCOUTE ACTIVE ET LA REFORMULATION : communiquer avec justesse

JOUR 10 Module 5 : Les fondamentaux de la PNL

- LE VAKO : communiquer avec la même tonalité
• ÉTATS INTERNES ET ÉMOTIONS : identification et régulation
• LA PROXÉMIE : la gestion de l'espace pour une communication adaptée
• DÉCOUVERTE DES MÉTAPROGRAMMES
3- TECHNIQUES DE COMMUNICATION
• L'ANCRAGE : réguler un état interne
• LE RECADRAGE DE CONTEXTE OU DE SENS : changer une perception
• LE FEED-BACK : apprendre à faire passer un message
• DÉFINIR UN OBJECTIF : les 5 critères d'un objectif bien formulé

Durée

10 jours / 70 heures

Format

4 J en E-learning

6 j en Réunion de groupe à distance

Tarif

Individuel 1990 €

Employeur/France Travail 2390 €

LES FONDAMENTAUX DE LA RELATION D'AIDE

La formation Les Fondamentaux de la Relation d'aide vous permettra d'acquérir les connaissances et les compétences de base nécessaires pour l'accompagnement dans les domaines de la Relation d'aide.

Quels que soient les soins que vous proposez, cette formation vous apportera des bases théoriques et pratiques indispensables pour démarrer ou développer votre activité et affirmer votre posture professionnelle.

A l'issue de la formation Les Fondamentaux de la Relation d'aide, vous pouvez accueillir, comprendre la personne et l'aider à se comprendre, l'accompagner dans une relation d'écoute active et utiliser des techniques de base d'accompagnement en Hypnose et en PNL. Vous pourrez ensuite si vous le souhaitez faire des formations complémentaires pour vous spécialiser dans une approche thérapeutique ou psychothérapeutique.



Objectifs

A l'issue de la formation, le stagiaire est capable de :

- . Connaître les grands concepts et théories de la psychologie s'y référer dans sa pratique.
- . Décrire les principaux troubles psychiques et en repérer les symptômes et comportement associés
- . Repérer les différents mécanismes psychiques en jeu dans l'entretien clinique et utiliser des outils conceptuels et méthodologiques
- . Connaître les bases de la communication PNL et utiliser ses méthodes d'entrée en relation efficaces
- . Connaître les mécanismes et l'utilisation de l'hypnose dans la relation d'aide et utiliser des techniques d'hypnose de base

Public cible

- Tout public non professionnel
- Professionnel.les de la relation d'aide ou du développement personnel, professionnels des RH et de la communication interpersonnelle, coachs professionnels, coachs de vie, hypnothérapeutes, sophrologues, thérapeutes, enseignant.e.s, infirmier.e.s, travailleur.s.e social, personnes en reconversion dans la relation d'aide ou l'accompagnement.

Prérequis

Aucun

Modalités et délais d'accès

Pour suivre la formation : connexion à partir d'un ordinateur ou d'une tablette ; accès indispensable à un réseau internet et une boîte mail.

Accessible aux personnes en situation de handicap.

- personnes sourdes ou malentendantes avec logiciel de sous-titrage*
- personnes aveugles ou mal voyantes avec logiciel de lecture audio*

*équipements non fournis ; nous contacter pour plus d'informations

Formatrices

Laurence Celdran, Dirigeante d'AFPRA, psychopraticienne, praticienne en hypnose et en EMDR, Cycle supérieur en psychothérapie par l'analyse transactionnelle, Licence 2 en psychologie clinique. Contact : 06.32.49.12.14 ou afpra.formation@gmail.com

Alice BERGERET, Maître Praticienne certifiée par la Fédération Française d'Hypnose et des thérapie brève, Coach, Fondatrice d'Hypnose 2.0.

Contact : 06 12 17 65 33 (n° whatsapp)

Caroline BENEFICE, Coach en PNL, Praticienne en Hypnose, formée notamment à l'Analyse transactionnelle et à la Communication Assertive.

Contact : caroline@relationaile-coaching.com

Méthodes mobilisées

Modules 1 et 2 à distance en e-learning : Le stagiaire reçoit par e-mail un lien vers un cours en ligne sous forme de présentation, qu'il peut parcourir autant de fois que nécessaire à sa compréhension et son assimilation.

Modules 3 à 5 en réunions de groupe à distance via l'application zoom avec animation en direct par la formatrice

Support de présentation partagé et commenté

Sessions de questions-réponses

Ateliers pratiques d'entraînement en duo

Démonstrations et expérimentations

Modalités d'évaluation et attestation

Modules 1 et 2 à distance en e-learning : Evaluation de module sous forme de QCM* en ligne, niveau validé à 80% de bonnes réponses.

*Questions à Choix Multiple

Modules 3 à 5 en réunions de groupe à distance : Evaluation de module sous forme de QCM* en ligne, niveau validé à 60% de bonnes réponses.

Si validation de tous les modules : certificat d'acquisition des connaissances.

Attestation de suivi de formation remise après réalisation de la dernière évaluation.