

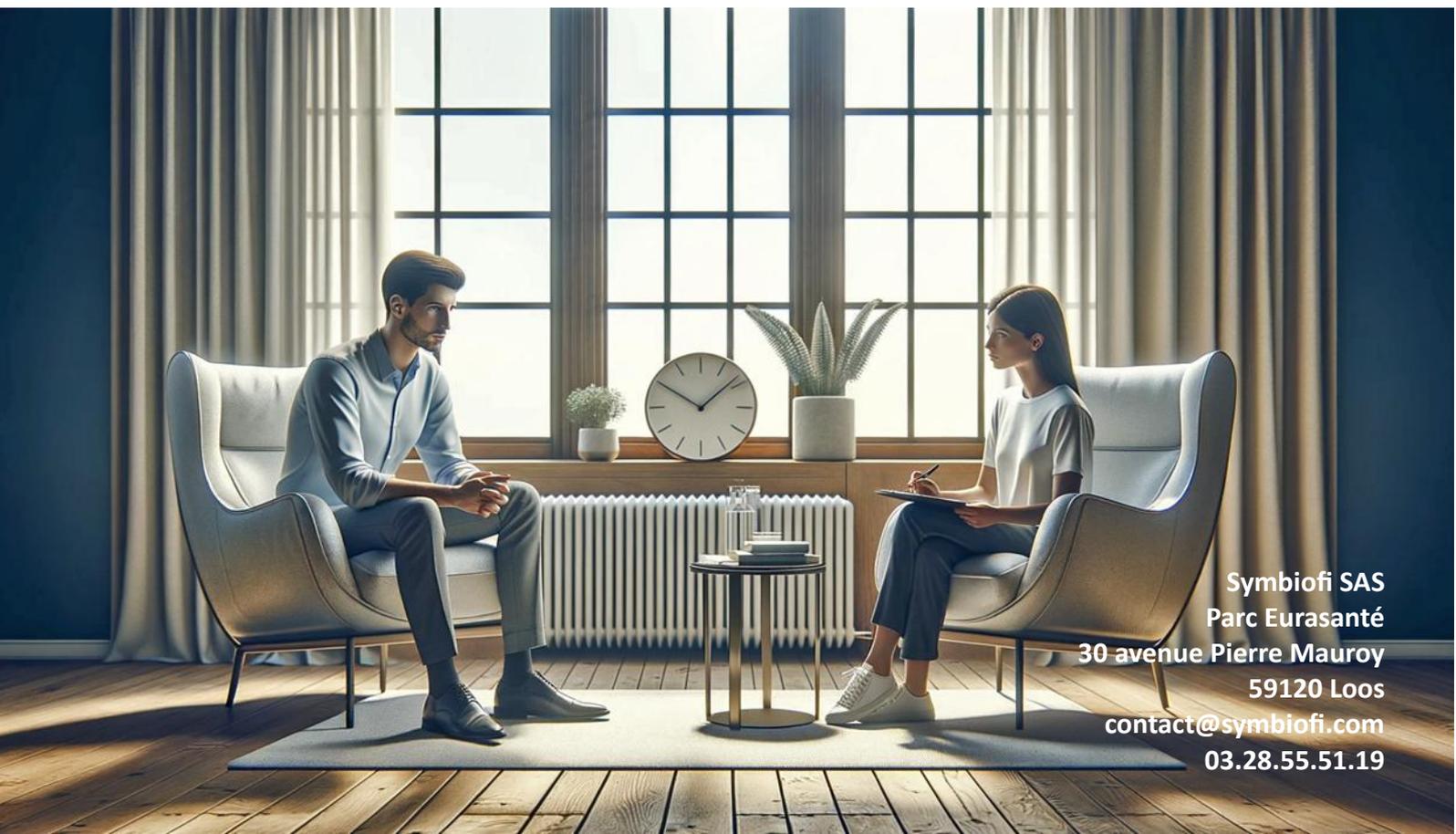


**SYMBIOFI**  
Innovations en psycho-santé

# La posture thérapeutique dans la relation d'aide

*Maîtriser les attitudes psychologiques,  
verbales et physiques*

**Formation ouverte en présentiel**  
**Programme des 2 jours**  
**14 heures**



Symbiofi SAS  
Parc Eurasanté  
30 avenue Pierre Mauroy  
59120 Loos  
contact@symbiofi.com  
03.28.55.51.19

# La posture thérapeutique dans la relation d'aide

Réf : MTC 001

## *Maîtriser les attitudes psychologiques, verbales et physiques*

Être thérapeute, soignant, aidant, accompagnant, sont des métiers qui demandent des savoir-faire et un savoir-être spécifique.

Mais, il ne saurait y avoir un seul modèle pour définir la relation thérapeutique, car chaque patient/client est unique et se présente avec une demande ou une problématique personnelle, tandis que chaque soignant, dans le cadre des soins qu'il propose, développe ses propres valeurs, sa propre éthique et exprime sa singularité au travers de son propre style relationnel.

Cette rencontre particulière, entre une personne en attente de soin ou d'aide et une personne identifiée pour répondre à cette demande, se déroule dans un cadre spécifiquement dédié. Il est indéniable que la qualité même de la relation est un premier élément de construction de la réponse thérapeutique aux besoins du patient ou client.

A ce propos le psychologue humaniste Carl Rogers estimait que 85% de l'impact de la thérapie ou de l'accompagnement réside dans la qualité de la relation d'aide alors que 15% concerne la technique.

La question est alors pour l'accompagnant de s'assurer qu'il soit en capacité de répondre avec justesse aux besoins de son patient/client tout en instaurant un climat de respect et de confiance réciproque indispensable pour créer et maintenir une alliance thérapeutique.

Cette alliance qui, dans un esprit collaboratif, permet à la personne en soin de prendre conscience de ses potentialités et de ses ressources et favorise son implication dans l'évolution de son devenir.

Cela demande de la part du professionnel :

- d'être à l'écoute de ce qu'il vit dans la relation qui se joue avec l'accompagné pour adapter sa posture et trouver sa juste place,
- de s'interroger régulièrement sur sa façon d'être en repérant ce qu'elle induit sur des personnes en situation de vulnérabilité,
- d'évaluer sa capacité à instaurer et à maintenir une relation équilibrée permettant au patient/client de rester acteur de ses soins (quel que soit son niveau d'autonomie),
- d'identifier ses difficultés,
- de repérer les freins à la relation d'aide,
- d'ajuster continuellement ses capacités d'écoute,
- de repérer ses propres limites pour pouvoir aider sans s'épuiser et de clarifier son cadre d'intervention thérapeutique.

Ce module de formation, dans une démarche d'expérimentation et de partage, vous propose de prendre ce temps pour explorer ces aspects fondamentaux dans votre pratique professionnelle que vous soyez débutants ou confirmés.

Tout comme le sujet est au centre de votre prise en charge, ces deux jours de formation vous donnent la possibilité de vous replacer au centre de votre pratique et de votre réflexion afin de vous permettre d'être en accord avec le professionnel que vous désirez être.

Au travers de mises en situations, d'apports théoriques et d'échanges de pratique, nous aborderons la démarche du soin en prenant en compte trois dimensions indissociables : celle du soignant, celle du patient et enfin la relation qui s'établit entre eux.

Pour développer vos compétences, cette formation s'associera qualitativement avec le module :

- Entretien motivationnel -3j.

## Prérequis et public visé

Il n'y a pas de prérequis spécifique pour ce module de formation si ce n'est être dans le public concerné ci-dessous.

### Les professionnel(le)s "Psys" en santé mentale

- Psychiatres et pédopsychiatres.
- Psychologues : *clinicien, de la santé, social, du travail, neuropsychologue, interculturel, du sport, environnemental, de l'orientation scolaire, criminologue-victimologue, etc.*
- Psychothérapeutes agréé(e)s ARS.
- Psychanalystes.
- Membres de l'équipe pluridisciplinaire en service de psychiatrie : infirmier(e)s, psychomotricien(ne)s.

### Les professionnel(le)s "Non Psys" en santé mentale.

Plusieurs professionnel(le)s autres que les « psys » œuvrer pour la santé mentale :

- **Soin** : *médecins généralistes, médecins du sport, médecins du travail, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sage-femmes, infirmier(e)s, infirmier(e)s en pratique avancée, infirmier(e)s du travail, infirmier(e)s scolaires, aides-soignant(e)s, cadres de santé, diététicien(ne)s, ergothérapeutes, psychomotricien(ne)s, etc.*
- **Etudiant(e)s** dans les différentes disciplines précitées.
- **Social** : *éducateurs / éducatrices spécialisé(e)s, moniteurs-éducateurs / monitrices-éducatrices, conseillers conjugaux / conseillères conjugales.*
- **Aide et accompagnement** (professions libérales non réglementées) *psychopraticien(ne)s, sexothérapeutes, hypnothérapeutes, art-thérapeutes, gestalt-thérapeutes, préparateurs mentaux / préparatrices mentales, sophrologues, relaxologues, réflexologue, coachs de vie.*
- **Travail** : *intervenant(e)s en prévention des risques professionnels (IPRP), coachs professionnel(le)s, formateurs / formatrices / consultant(e)s RPS et QVT, professionnel(le)s de la santé mentale au travail.*

## Intervenant

### Jean-Baptiste BAUDIER

- Psychologue clinicien, psychothérapeute.
- Enseignant dans différents Diplôme universitaires :
  - *DU Accompagnement de la parentalité - Sorbonne Université*
  - *DU Santé Mentale et Relationnelle - Université Grenoble Alpes*
  - *DU Promobe - Université Grenoble Alpes*
  - *DU Bienveillance et Abus - Institut Catholique de Paris*
- Co-fondateur et président de l'association Social + (social-plus.fr).
- Expert clinique auprès des équipes de l'Inirr.
- Auteur de :  
*S'initier à la Psychologie Positive, prendre soin de soi, des autres et de l'environnement avec M. Paucsik et R. Shankland (Ed Eyrolles 2021).*



## Objectifs

**Développer ses capacités de répondre avec justesse aux besoins de son patient/client tout en instaurant un climat de respect et de confiance réciproque indispensable pour créer et maintenir une alliance thérapeutique.**

- Décrire les fondements théoriques de la posture thérapeutique dans une perspective humaniste.
- Expérimenter les attitudes favorisant l'alliance thérapeutique : congruence, acceptation inconditionnelle, empathie.
- Identifier leurs propres ressources et limites en tant qu'écouter.
- Mettre en œuvre les techniques d'écoute active et de reformulation.
- Appréhender les règles éthiques et déontologiques.
- Adopter une posture motivationnelle soutenante dans la relation d'aide.

**Objectif principal**

**Développer une posture professionnelle d'accompagnement fondée sur la qualité de la relation, l'écoute active, l'alliance thérapeutique et le respect du cadre, à travers les apports de la psychologie humaniste.**

**Intervenant**

**Jean-Baptiste BAUDIER, psychologue et psychothérapeute**

**Durée**

**2 jours – 14 heures**

<b>Accueil</b>	Présentation de la formation, des objectifs, des participants et de leurs besoins en formation. Point organisationnel	Tour de table
----------------	---	---------------

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
<b>Identifier les fondements théoriques et pratiques de la posture thérapeutique humaniste</b>	<p><b>Les grands principes de la psychologie humaniste</b> : auto-actualisation, subjectivité, responsabilité.</p> <p><b>Les figures-clés</b> (Rogers, Perls, Frankl) et leurs apports à la relation d'aide.</p> <p><b>Spécificités de l'approche centrée sur la personne (ACP)</b> : non-directivité, alliance égalitaire, conditions nécessaires et suffisantes.</p> <p><b>Le positionnement professionnel</b> : posture vs technique ; attitude vs stratégie.</p>	<p>Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p><b>Méthode interrogative</b> . Réflexion individuelle et débriefing collectif.</p> <p><b>Méthode d'expérimentation active</b> par pratiques en binômes. . Mises en situation et jeux de rôle.</p> <p>→ Synthèse collective.</p>
<b>Expérimenter les attitudes facilitant la relation thérapeutique et l'alliance</b>	<p><b>Les piliers de la relation d'aide selon Rogers</b> : empathie, congruence, acceptation inconditionnelle.</p> <p><b>Postures non-aidantes</b> : réassurance, conseils, interprétation (E. Porter, attitudes obstacles).</p> <p>Les effets de ces attitudes sur la dynamique relationnelle (alliance, résistance, réactance).</p> <p>L'alliance thérapeutique comme co-construction.</p>	<p>Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p><b>Méthode d'expérimentation active</b> Exercices en sous-groupe et échange entre les participants.</p> <p><b>Méthode participative</b> Échanges et partage d'expérience.</p> <p>→ Synthèse collective.</p>
<b>Maîtriser les techniques de base de l'écoute active et les adapter à sa posture</b>	<p><b>Les objectifs et fonctions de l'écoute active.</b></p> <p><b>Les techniques de reformulation</b> : écho, reflet simple, reflet émotionnel, résumé.</p> <p><b>L'usage des silences</b> : silences pleins vs silences vides.</p> <p><b>Les techniques des 4R de C.Cungi</b> : reformuler, recontextualiser, renforcer, résumer.</p>	<p>Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p><b>Méthode d'expérimentation active</b> . Exercices individuels. . Jeux de rôle en binômes. → Débriefing collectif. → Synthèse théorique.</p> <p><b>Méthode participative</b> Échanges et partage de pratique.</p>

<p><b>Développer une posture motivationnelle soutenante et respectueuse de l'autonomie du patient</b></p>	<p><b>Rendre le patient acteur du changement</b> : Apports de l'Approche Centrée Solution (ACS) et de la théorie de l'autodétermination (Deci &amp; Ryan).</p> <p>L'alliance comme facteur motivationnel.</p> <p>Le style motivationnel du praticien : soutien à l'autonomie, reconnaissance des ressources.</p> <p>Les pièges de la posture contrôlante ou intrusive</p>	<p><b>Méthode affirmative</b> Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p><b>Méthode interrogative</b> . Echanges entre participants. . Questions / Réponses.</p> <p>→ Synthèse et débriefing de groupe.</p> <p>Apports théoriques et diaporama illustré</p>
<p><b>Analyser et ajuster sa posture relationnelle en fonction du cadre et des enjeux éthiques</b></p>	<p><b>S'auto-évaluer et rentrer dans une posture réflexive.</b></p> <p><b>Clarifier son cadre thérapeutique :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Préciser et délimiter son cadre thérapeutique au regard de sa spécificité, de son style, de ses attentes et de ses limites.</li> <li>- Adapter son cadre d'accompagnement à son lieu et conditions d'exercice.</li> <li>- Définir sa charte professionnelle de bonne pratique : confidentialité, secret professionnel, obligation de moyens...</li> </ul> <p><b>Aider sans s'épuiser, accompagner sans porter :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repérer les facteurs favorisant les risques psychosociaux dans son cadre d'exercice professionnel.</li> <li>- Prévenir l'impact des risques psychosociaux sur le soignant et la relation de soin.</li> <li>- Envisager la pertinence de faire appel à des espaces ressources : supervision, analyse de pratique en intervision, formation...</li> </ul>	<p><b>Méthode affirmative</b> Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p><b>Méthode interrogative</b> . Réflexion individuelle et débriefing collectif.</p>
<p><b>Développer une posture motivationnelle soutenante et respectueuse de l'autonomie du patient</b></p>	<p><b>Rendre le patient acteur du changement</b> : Apports de l'Approche Centrée Solution (ACS) et de la théorie de l'autodétermination (Deci &amp; Ryan).</p> <p>L'alliance comme facteur motivationnel.</p> <p>Le style motivationnel du praticien : soutien à l'autonomie, reconnaissance des ressources.</p> <p>Les pièges de la posture contrôlante ou intrusive</p>	<p><b>Méthode affirmative</b> Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p><b>Méthode interrogative</b> . Echanges entre participants. . Questions / Réponses.</p> <p>→ Synthèse et débriefing de groupe.</p> <p>Apports théoriques et diaporama illustré</p>
<p><b>Bilan</b></p>	<p>Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin de formation Bilan de la formation</p>	<p>Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité</p>

## Validation

La formation est ancrée dans une triple démarche multidisciplinaire et intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérimentiel.

A l'issue de la formation, le professionnel recevra un **Certificat de réalisation d'action de formation** sous réserve de l'assiduité aux journées. Ce certificat reprend les éléments clés de la formation : intitulé, durée, nom du/des intervenant(es), objectif principal.

En complément, une **Attestation de formation** pourra être délivrée sous réserve de satisfaire aux critères d'évaluation de la formation.

Cette évaluation repose sur l'analyse des questionnaires réalisés en amont de la formation et en fin de formation.

## Reconnaissance

SYMBIOFI est enregistré sous le numéro 31 59 06883 59 auprès du préfet de région Nord-Pas de Calais, certifié QUALIOPi et habilité à délivrer des actions de formation ANDPC :



## Les +

### APPUI HOSPITALO-UNIVERSITAIRE

Notre formation est issue de l'environnement universitaire et des travaux du laboratoire Interuniversitaire de Psychologie : Personnalité, Cognition et Changement Social (LIP/PC2S), Université Grenoble Alpes. Elle s'appuie également sur Les enseignements du Diplôme Universitaire de Psychologie Positive à l'Université Grenoble Alpes.



### EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

La formation est :

- conçue par un intervenant expert- psychologue clinicien et psychothérapeute – spécialiste des thérapies cognitivo-comportementales et émotionnelles, ayant une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics.
- centrée sur l'acquisition de techniques concrètes et utiles, de boîtes à outils pratiques, permettant au professionnel de pouvoir à son tour les mettre en œuvre dans ses interventions auprès de sa patientèle / clientèle afin d'obtenir des effets positifs et durables ;
- délivrée à des groupes **restreints** afin de favoriser la qualité de l'enseignement et de privilégier les échanges multidisciplinaires.

### POSSIBILITÉ D'ÊTRE FORMÉ(E) EN MODE DISTANCIEL

- Cette formation est possible en mode distanciel, sous la forme visio-live synchrone.
- Symbiofi propose une installation professionnelle : multi-caméras, prise de son d'ambiance, et intervenant, écran TV en fonds de salle pour le retour des stagiaires distanciels, sous salles physiques et virtuelles pour les travaux en sous-groupe (cas pratiques, exercices, jeux de rôle, etc.)

### SUPPORTS

- Téléchargement des supports de la formation dans un espace dédié via internet

## PLATEAU TECHNIQUE

Un plateau technique de formation de 240 m2, dédié, multi-espaces (théorie, pratique, restauration) au cœur du CHRU de Lille.



Bâtiments passif éco-responsable  
Basse consommation énergie  
Structure bois permettant à la fois de créer une ambiance chaleureuse et de diminuer le bilan carbone



Espace de théorie équipé de :  
*chaises* *tablette écritoire*  
*Vidéos* *projecteur plafond*  
*Enceintes*  
*Paper board digital*



Espace de pratique équipé de :  
*tablettes numériques SymbioCenter*  
*Tapis de sol + couvertures*  
*Briques de yoga*



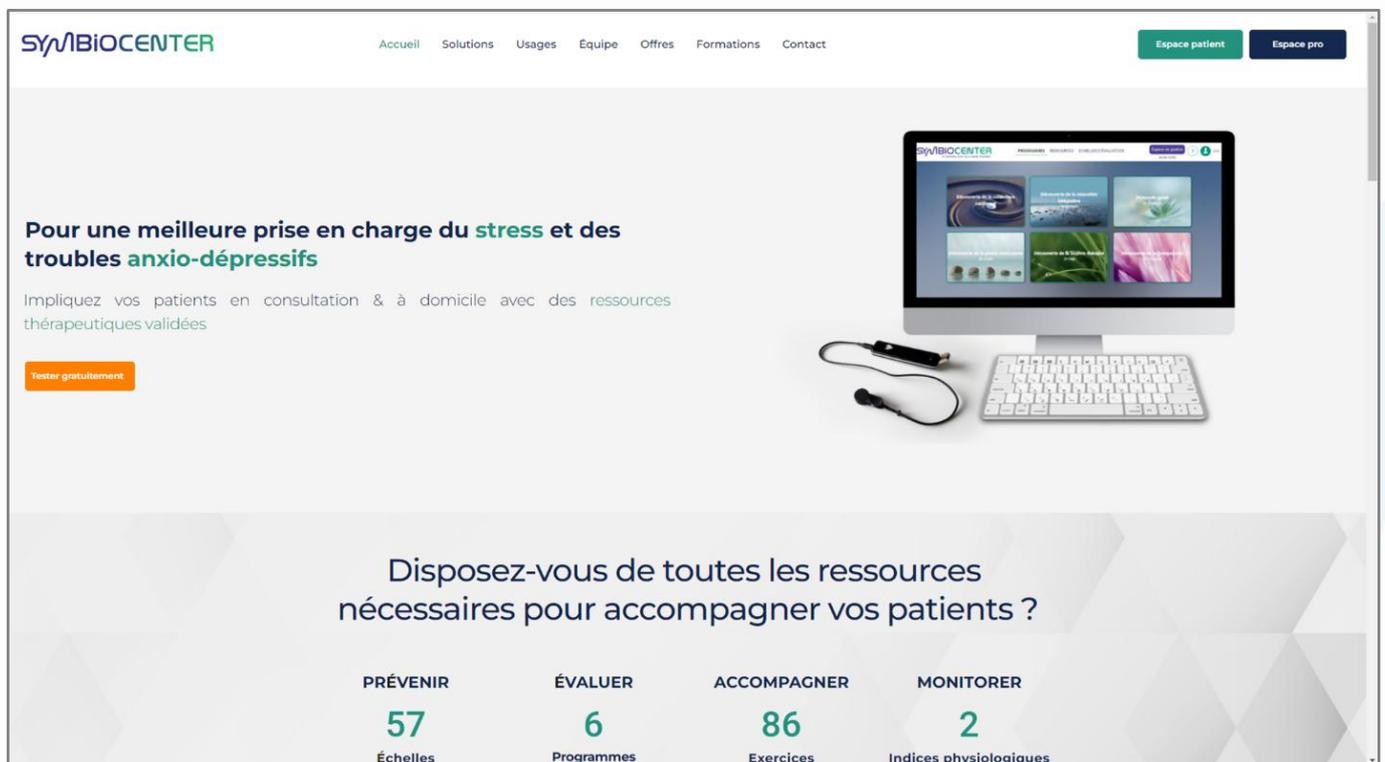
Espace de restauration équipé de :  
*Réfrigérateur*  
*Micro-ondes*  
*Cafetières, théières*

## Et aussi

### L'ACCÈS GRATUIT À LA PLATEFORME WEB SYMBIOCENTER

Les stagiaires pourront bénéficier d'1 accès gratuit d'une durée de 30 jours à la plateforme web innovante et interactive SymbioCenter pour compléter efficacement la prise en charge et le suivi de leurs patients en santé mentale et émotionnelle

<https://www.symbiocenter.fr/>



**SYMBIOCENTER** Accueil Solutions Usages Equipe Offres Formations Contact Espace patient Espace pro

**Pour une meilleure prise en charge du stress et des troubles anxio-dépressifs**

Impliquez vos patients en consultation & à domicile avec des ressources thérapeutiques validées

Tester gratuitement

Disposez-vous de toutes les ressources nécessaires pour accompagner vos patients ?

PRÉVENIR	ÉVALUER	ACCOMPAGNER	MONITORER
57	6	86	2
Échelles	Programmes	Exercices	Indices physiologiques

Le SymbioCenter propose aux professionnels de l'aide et de l'accompagnement d'encadrer, d'individualiser et de suivre des programmes d'e-thérapies selon les besoins spécifiques de leurs patients.

Pour combattre et prévenir le stress et les troubles anxieux-dépressifs, ainsi que leurs effets négatifs sur les troubles somatiques et psychiques, le SymbioCenter ouvre des perspectives novatrices de développement des ressources émotionnelles et comportementales des patients en santé mentale et physique.

## Le service e-thérapie, partenaire des professionnels, pour une meilleure prise en charge des troubles anxiodépressifs, du stress et des comorbidités associées

Impliquez vos patients,  
en consultation et au  
domicile, avec des outils  
d'e-thérapie validés

pour combattre la  
tempête des  
symptômes  
physiques,  
psychologiques,  
et émotionnels

Solution pour  
les professionnels  
de l'accompagnement  
[www.symbiocenter.fr](http://www.symbiocenter.fr)

### Symptômes physiques

Troubles du sommeil, troubles alimentaires, douleurs, sensations d'essoufflement, d'oppression...

### Symptômes émotionnels

Sensibilité et nervosité accrues, angoisse, excitation, tristesse, troubles anxio-dépressif, mal-être...

### Symptômes intellectuels

Perturbation de la concentration, difficultés à prendre des décisions, altération de la relation sociale...

### DES CHIFFRES ALARMANTS !

- 20 millions de personnes sont concernées par une maladie chronique, soit 35% de la population
- 5 millions de français consomment des psychotropes
- 2 millions souffrent d'une maladie psychiatrique
- 10% des adultes ont souffert d'une dépression sur les 12 derniers mois et 13% de troubles anxieux généralisés
- 200 000 tentatives de suicide et 10 000 morts par an
- Le trouble mental au 3ème rang des maladies fréquentes et en 2<sup>ème</sup> deuxième position des dépenses de santé



### Lutter contre la chronicisation dangereuse

- Déficience du système immunitaire
- Insomnies
- Complications psychiatriques
- Troubles cardio-vasculaires
- Maladies digestives
- Troubles dermatologiques

## Vous accompagnez votre patient sur 4 niveaux de ressources :

- ① évaluations psychométriques
- ② monitoring physiologique
- ③ programmes thérapeutiques
- ④ téléconsultation & chat

avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de suivi

Valorisation  
de la recherche  
hospitalo-universitaire

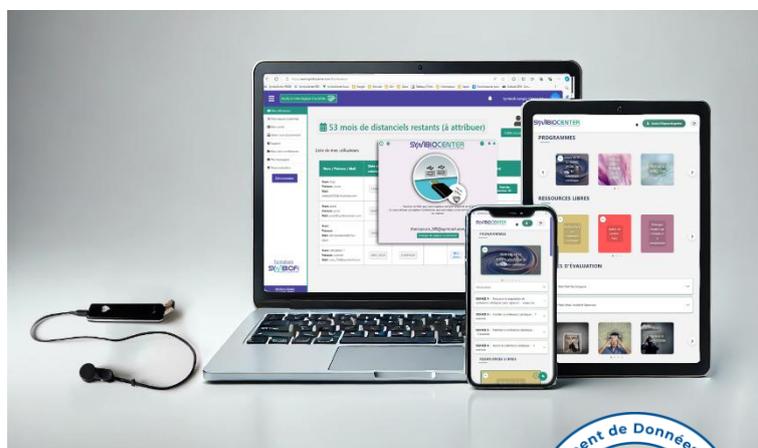


### L'espace professionnel de gestion

- Individualiser par patient le parcours digital non médicamenteux
- Suivre son observance, ses résultats et progrès
- Utiliser en séance présenteielle ou inter-séances
- Recevoir des notifications, communiquer par chat

### L'espace d'activités thérapeutiques

- 60 échelles psychométriques validées, 2 bilans psychologiques flash : *repérer et évaluer*
- 2 indices physiologiques (cohérence cardiaque et lâcher-prise) avec biofeedback : *monitorer*
- 6 protocoles cliniques structurés pour l'apprentissage sur 8-12 semaines et plus de 100 exercices libres : *entraîner et prendre en charge*



### L'Hébergement Données de Santé

- Assurer la sécurisation de vos données

### La réponse à vos besoins professionnels

- Renforcer l'alliance thérapeutique et la relation fonctionnelle d'aide et de confiance au patient
- Proposer un complément thérapeutique innovant et accroître *la satisfaction patient*
- Rendre le patient actif dans la prise en charge et améliorer l'observance par le travail en inter-séances
- Evaluer les activités et les progrès par les données de suivi et tableaux de résultats
- Encadrer le patient sur l'émergence du numérique en santé mentale



### L'appui hospitalo-universitaire

Des protocoles interactifs validés par des professionnels reconnus, soucieux de l'éthique, de la confidentialité et de l'aide aux patients.

### La solution responsabilisante

Des programmes basés sur l'implication et la responsabilisation vis-à-vis de sa santé : être acteur du changement pour acquérir de nouvelles compétences émotionnelles.

### La santé globale

Des exercices concrets et efficaces pour agir sur les émotions, les comportements et le corps avec une vision active et préventive : la santé durable.