

# Apprendre à aider selon la méthode d'aide PRH

## *Un apprentissage de la relation d'aide en tant qu'aidant.e*

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

---

- Acquérir les bases de la méthode PRH d'aide à autrui.
- Découvrir et expérimenter les attitudes aidantes.
- Vous équiper pour répondre à des demandes d'aide dans la vie ordinaire ou professionnelle.

### **LE CONTENU DU STAGE**

---

- *1<sup>re</sup> partie – Les attitudes fondamentales pour aider*
  - L'accent est mis sur le « comment être » à travers la qualité de l'écoute et les attitudes fondamentales.
- *2<sup>e</sup> partie – Les modalités d'aide et les repères fondamentaux de l'aide à autrui*
  - Dialogue d'aide, entretien d'aide, directivité aidante.
  - A partir de sa propre expérience d'aidant.e, on met en relief des repères fondamentaux d'aide à autrui.
  - La pièce maîtresse de ce stage est un travail expérimental d'entretiens vécus à l'intérieur du groupe des participant.e.s. Ces entretiens sont suivis d'un travail d'observation. Puis sont proposés des temps d'échanges et de confrontations de ces analyses. Tout cela sous la responsabilité, l'orientation et les apports de la du formateur.rice.
- *Plan d'action et bilan*

### **CADRE PÉDAGOGIQUE**

---

La formation est donnée en groupe. Des questions invitent chaque participant.e à observer dans sa propre vie le thème traité et à décrire son vécu. Ce temps personnel d'analyse guidé est suivi de partages libres, sans entrer en discussion. En vue d'approfondir la recherche personnelle de chaque participant.e, la.le formateur.rice intervient et utilise différents moyens pédagogiques (schémas, apports, notes de synthèses, ...). Le travail en groupe permet de s'enrichir de la diversité des expériences. On est invité à des prises de décisions réfléchies en lien avec sa réalité concrète.

### **CONDITIONS DE PARTICIPATION**

---

Il est nécessaire d'avoir suivi le stage *Qui suis-je ?* et le module *Apprendre à me faire aider avec la méthode d'aide PRH*. Ce stage n'est pas conseillé aux personnes fortement perturbées ou en psychothérapie sauf avis favorable de leur psychothérapeute.