

RESTER SOI POUR RESTER EN RELATION

EN PRÉSENTIEL

Il y a des personnes qu'on accompagne sans effort. Et il y en a une, toujours, qui rentre à la maison avec vous. Vous y repensez le soir. Vous préparez des phrases dans la voiture. Ce n'est plus tout à fait professionnel — et vous ne savez plus dire à quel moment ça a basculé.

POUR QUI ?

Aides-soignants, infirmiers, éducateurs spécialisés, moniteurs d'atelier, auxiliaires de vie — tout professionnel dont le métier repose sur la relation. EHPAD, SSIAD, foyers de vie, ESAT, ITEP, services hospitaliers.

CE QU'ON TRAVAILLE

DISTINGUER	Ce qui est moi, ce qui est l'autre — la frontière entre deux subjectivités dans une relation d'aide
REPÉRER	Le glissement du sujet à l'objet — le moment où la personne accompagnée devient un cas, une tâche, un problème
CARTOGRAPHIER	Sa sphère d'influence dans la relation — ce sur quoi j'ai prise, ce sur quoi je n'en ai aucune
TENIR	Poser une limite sans se fermer — la différence entre distance et froideur
REVENIR	Se réajuster après une situation qui a débordé, plutôt que d'attendre l'usure

OBJECTIFS ET BÉNÉFICES VISÉS

POUR LE PROFESSIONNEL

- Identifier ce qui, dans la relation, appartient à l'autre et ce qui appartient à soi. Rester disponible sans être happé. Réduire la charge résiduelle, celle qu'on ramène chez soi. Retrouver une posture qui protège sans éloigner.

POUR L'ÉQUIPE ET L'INSTITUTION

- Moins de relations qui s'enkystent ou se rompent. Moins de professionnels qui décrochent d'une situation parce qu'ils y sont trop pris. Une équipe capable de nommer ce qui se joue dans une relation difficile plutôt que de désigner un coupable — résident ou collègue.

INFOS PRATIQUES

Durée : 3h

Taille du groupe : 6 à 10 professionnels

Comment ça se passe : L'atelier pose d'abord une grille simple : sujet / objet, ce qui m'appartient / ce qui ne m'appartient pas. Puis on travaille sur les situations apportées par les participants : une relation qui coince, un résident qui « prend toute la place », un accompagnement qu'on n'arrive plus à quitter. La grille se teste sur du réel.

Tarif expérimental : 300€ tout compris