Enrichir sa pratique professionnelle avec l’analyse transactionnelle

RUBRIQUE

APPROCHES, PRATIQUES ET MÉTHODOLOGIES DU TRAVAIL SOCIAL

PRÉ-REQUIS

Professionnels en situation d’encadrement ou d’accompagnement d’usagers des secteurs social, médico-social et sanitaire

Description

Au quotidien, les réactions des collègues et des usagers sont parfois déconcertantes. Nos propres réactions nous surprennent aussi à l’occasion. Dans la relation d’aide, il est important d’avoir des éléments de compréhension de notre propre fonctionnement, de celui de l’autre, et de ce qui se passe entre lui et moi. L’Analyse Transactionnelle présente une vision humaniste de la psychologie. C’est à la fois une théorie de la personnalité, un modèle du développement de l’enfant, une théorie de la communication et une méthode de psychothérapie. Bien qu’utilisée depuis quarante ans, c’est une approche vivante et en permanente évolution. Accessible sans connaissance psychologique préalable, elle s’adapte facilement aux réalités du terrain.
Cette formation à l’analyse transactionnelle a pour objectif de délivrer des apports conceptuels méthodologiques et pratiques utiles à l’analyse des situations rencontrées, au questionnement et à l’étayage de ses pratiques d’accompagnement.

Objectifs

- Acquérir ou actualiser les connaissances de base en Analyse Transactionnelle
- Utiliser ces outils pour analyser les situations professionnelles délicates et élargir la palette d’interventions
- Dans le cas d’une formation en intra, développer un langage commun au sein d’une équipe.

Contenus

- **La structure de la personnalité en Analyse Transactionnelle –** les Etats du Moi
- **Les différents modes de communication interpersonnelle** – Les transactions
- **Les relations symbiotiques** – quand la relation d'aide tourne au sauvetage (les outils pour identifier les situations de sauvetage et pour en sortir)
- **Les différentes formes de structuration du temps** (retrait, passe-temps, activité, etc.) ; chacune est importante.
- **Les signes de reconnaissance** (en donner, en recevoir, lesquels, comment, etc.)
- **Les situations relationnelles difficiles qui se répètent** (les « jeux » psychologiques, le triangle dramatique). Comment en sortir ?
- **L'approche originale de l'Analyse Transactionnelle dans la gestion du stress**
- « Sois parfait ! », « Dépêche toi ! », etc. Ces messages qui nous stimulent ? ou qui nous brident ?
- **Les développements récents sur les besoins relationnels d'une personne accompagnée et ceux du professionnel.**

Modalités pédagogiques

- Apports théoriques sur la base de situations concrètes du domaine social et médico-social
- Nombreux exercices individuels (questionnaires) ou en groupe
- Jeux de rôle, mises en situation
- Analyse de pratique afin d'appliquer les outils étudiés sur des cas concrets.
- Evaluation individuelle des acquis de la formation (questionnaire).

Lieu et calendrier

En intra (calendrier à déterminer)

Coût
Nous consulter

Durée
35 heures - 5 jours

Intervenant

Matthieu LE GUEN – Psychologue clinicien, Psychothérapeute et Formateur