

- La relation d'aide thérapeutique



C'est une approche centrée sur la personne d'après les concepts de Carl ROGERS (1902-1987, un des plus grands psychologues et psychothérapeutes du XXème siècle) :

« Ce qu'il y a de plus profond dans l'homme est digne de confiance. L'homme a une tendance comme tous les êtres vivants à l'actualisation (la mise en œuvre) de son potentiel. Chaque individu a en lui des capacités considérables à se comprendre, de changer l'idée qu'il a de lui-même, ses attitudes et sa manière de se conduire. Il peut puiser dans ses ressources pourvu que lui soit assuré un climat d'attitude psychologique « facilitatrice » que l'on peut déterminer.

Carl ROGERS a attaché son nom à « l'Approche Centrée sur la Personne » qui est une philosophie et une pratique de communication.

Les trois concepts majeurs :

- Etre « authentique » dans les relations interpersonnelles : c'est la **congruence**
- Respecter la personnalité des autres : c'est la **considération positive inconditionnelle**
- Porter un véritable intérêt à l'autre personne : c'est **l'empathie**

C'est sur ces concepts qu'est basée la formation d'**Infirmière Conseillère de Santé** permettant la pratique de *Relation d'Aide Thérapeutique*.

Cadre conceptuel : Depuis plusieurs années, le cadre conceptuel de la santé et des soins se modifie. L'être humain est considéré dans sa globalité. Les recherches scientifiques mettent en évidence l'interaction entre la santé physique de la personne, son psychisme et son environnement. Le Conseil de Santé s'inscrit dans cette démarche de prise en charge holistique.

Je peux définir le Conseil de Santé comme un soin direct prodigué à un niveau individuel et/ou collectif permettant à une personne de faire le choix approprié, en vue de promouvoir, préserver et/ou gérer sa santé aux différents âges et étape de son développement, à domicile ou en institution.

Le rôle de l'Infirmière Conseillère de Santé :

- Etablir une relation d'aide avec la personne en difficulté par l'écoute et l'élaboration d'un plan de santé.
- Aider la personne à comprendre et donner un sens à l'évènement qui survient et déstabilise sa vie.
- Aider la personne à mobiliser ses ressources, à trouver des solutions pour faire face aux situations difficiles et les transformer en expériences positives.
- Faire un accompagnement de la personne vers une qualité de vie la meilleure qu'elle puisse atteindre.
- Aider à développer le plus haut niveau de lucidité, d'autonomie et de maîtrise de soi-même.

Concrètement :

- Installation d'une relation de confiance entre l'I.C.S et la personne ou le groupe présent par une écoute active et sans jugement.
- Mise en lumière du diagnostic (ce qui est à l'origine du mal être).
- Mise en place d'un plan de santé avec la ou les personnes présente.

Les outils :

- Relaxation (en individuel ou en groupe)
- Réflexologie (en individuel)
- Touché empathique (en individuel)
- Les fleurs de Bach (en individuel)



Les objectifs :

- Prévenir la maladie en diminuant l'état de stress et ses conséquences
- Renforcer le processus de guérison (en permettant de lâcher prise sur des choses non essentielles par exemple)
- Soutenir la personne confrontée à la maladie, la perte ou à une situation de crise

