

# Posture professionnelle et relation d'aide : ajuster la distance et poser ses limites

Soutenir la personne tout en préservant son autonomie, le cadre et les limites du professionnel.

14 heures • 2 journées • Présentiel

## Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Clarifier son rôle et ses limites d'intervention.
- Repérer surimplication, substitution et distance excessive.
- Utiliser écoute et questionnement pour soutenir l'expression.
- Formuler une limite en maintenant une relation respectueuse.
- Identifier les situations nécessitant concertation ou relais.

## Jour 1 — Comprendre sa place dans la relation d'aide

- Distinguer aider, accompagner, conseiller et agir à la place de l'autre.
- Identifier attentes et mandat de la structure.
- Repérer les écarts entre intentions et effets.
- Identifier l'influence de ses valeurs, émotions et représentations.
- Repérer surinvestissement et retrait.
- Ajuster la distance selon la situation et le cadre.

## Jour 2 — Accompagner avec des limites claires

- Écouter sans apporter immédiatement une solution.
- Questionner et reformuler la demande.
- Construire des objectifs avec la personne.
- Expliquer son périmètre d'intervention.
- Répondre à une demande dépassant son rôle.
- Solliciter les relais et utiliser les espaces de concertation.

---

# Modalités de la formation

## Public

Professionnels de l'accompagnement, coordinateurs et encadrants des secteurs social et médico-social.

## Prérequis

Aucun prérequis.

## Durée et format

14 heures — 2 journées de 7 heures. Présentiel à La Réunion, intra-entreprise ou interentreprises. Groupe de 6 à 12 participants.

## Méthodes et moyens

Apports ciblés, études de cas, échanges de pratiques, exercices et mises en situation avec débriefing. Supports de synthèse et fiches outils. Situations partagées anonymisées.

## Évaluation des acquis

Simulation d'un entretien avec une demande dépassant le cadre : écoute, autonomie, clarté de la limite et pertinence du relais.

## Supports d'application

Grille de clarification de la posture et trame d'entretien.

## Suivi

Analyse du besoin et positionnement initial, suivi de l'assiduité, exercices pratiques, évaluation finale et questionnaire de satisfaction distinct. Évaluation à froid proposée trois mois après la formation.

## Tarif

Sur devis selon le format et les adaptations convenues. En interentreprises : tarif par participant communiqué avec les dates de session.

## Accès et délais

En intra, dates définies après analyse du besoin et selon les disponibilités. En inter, selon le calendrier et les places disponibles. Délai prévisionnel communiqué lors de la proposition.

## Accessibilité et financement

Besoins liés au handicap étudiés avant la formation pour adapter accueil et apprentissage. Financement OPCO possible selon éligibilité et accord préalable.

## Intervenant

Sylvain Boussion, consultant en management et formateur depuis 17 ans. Praticien certifié EQ-i 2.0® Standard et Leadership. Interventions dans le social et médico-social depuis 2013.