

L'ART DE L'ACCOMPAGNEMENT THÉRAPEUTIQUE



Formation continue

MARCELLE DEMERS, N.D, Maître PNL, patricienne Shiatsu

Membre de l'Association professionnelles des naturopathes du Québec (ANPQ) - Regroupement des massothérapeutes du Québec (RMQ)

DANIÈLE CHOUINARD, N.D, approche hygienomiste, praticienne RRRI, Éducatrice somatique

Membre de : l'Association professionnelle des naturopathes du Québec (ANPQ) - l'Association Internationale de Naturopathie hygienomiste (AINH) - Regroupement en Éducation somatique (RES)

L'ART DE L'ACCOMPAGNEMENT THÉRAPEUTIQUE

© LES PRODUCTIONS CARLAM – 2017 - Tous droits réservés



PLAN DE COURS

DURÉE : 30 heures

PRÉALABLE : Avoir complétée une formation thérapeutique reconnue par une association professionnelle

MATÉRIEL REQUIS : Notes de cours, crayon et papier ou tablette

But du cours :

Le cours a pour but d'outiller les thérapeutes appelés à accompagner leurs clients vers des changements **d'hygiène de vie**.

PRÉAMBULE :

Il peut paraître simple et même facile de donner et de suivre des conseils pour améliorer l'hygiène de vie mais qu'en est-il de la personne qui vient consulter? Est-elle prête à effectuer réellement des changements ? Que fait-on de son biorythme et de sa capacité de transformation?

Ces questions sont fondamentales pour le thérapeute-accompagnateur. En réalité, il peut être très difficile de changer. Prenons l'exemple d'un changement dans les habitudes alimentaires qui sont si intimement liées à la famille, à l'éducation et à la culture. Les multiples facteurs, les influences et l'ancrage de ces habitudes peuvent rendre un changement de ce genre complexe et ardu.

Le thérapeute-accompagnateur doit **savoir** reconnaître les processus et être conscient des **étapes de changement** afin d'éviter de vivre et de faire vivre bien des frustrations devant le déni, le manque de motivation et d'implication de ses consultants.

Clin d'œil sur quelques ouvrages:

Plusieurs ouvrages ont été écrits pour mieux saisir les processus de changements chez l'être humain et mettre de l'avant les meilleures approches thérapeutiques. Ces auteurs semblent convenir que le thérapeute-accompagnateur peut offrir à la personne qui vient le consulter, une voie (une voix) vers la « transformation et le changement ». Voici quelques auteurs qui se sont penchés sur la question, dont :

- ☞ **MARSHALL H. BECKER, PH. D, MPH, NANCY K. JANZ, RN, MS, JAMES O. PROCHESKA, PH. D**, professeurs du Clinical and Health Psychology à l'Université de Rhodes Island
- ☞ **CARLO C. DICLEMENTE, PH. D**, professeur au département de psychologie à l'Université du Maryland
- ☞ **ROBERT DILTS**, un des piliers de la PNL, fondateur de la NLP University, aux Etats-Unis





PHASE I «SAVOIR - ÊTRE»

Objectifs généraux

- **Comprendre et évaluer** ses propres limites en tant que thérapeute.
- **Saisir et savoir évaluer** les limites des clients face à un changement alimentaire ou d'hygiène de vie.
- **Comprendre et savoir utiliser** les processus et les étapes du changement qui touche à la santé globale.
- Apprendre à « coacher », soit de développer ses capacités et de remplir un coffre à outils pour **savoir accompagner** la personne dans son cheminement vers l'atteinte de son objectif.

Objectifs spécifiques

Acquérir :

- La connaissance de soi et de ses propres limites en tant que thérapeute
 - ☑ comprendre les processus et les étapes de transformation et du changement
- Les connaissances et les outils pour **savoir** éviter de vivre des frustrations face aux clients
 - * comprendre son propre déni, manque de motivation et d'implication face aux changements d'habitudes de vie

Contenu

- Savoir - Savoir-être - Savoir-Faire
- Les 10 rôles du thérapeute
- La perception
- Le transfert et contre-transfert
- Syndrome de l'imposture (SI)
- Nous transportons tous nos bagages
- Les défis





PHASE II «SAVOIR - FAIRE»

Objectifs généraux

Comprendre l'importance et l'utilité :

- d'un anamnèse
- d'un plan d'intervention
- de valider de faire valider chaque étape de changement avec la personne
- l'art du questionnement
- d'une bonne tenue de dossier

Objectifs spécifiques

Acquérir les outils pour concevoir :

- un ammanèse
- un plan d'intervention individualisé
- pour une bonne tenue de dossier

Contenu

- Thérapeute - souviens toi
- Les étapes de changement
- Modèle de croyances de Becker
- Le changement demande du temps
- Les dimensions
- L'art d'interroger
- Le métamodèle
- Le plan d'intervention - PI
- Concevoir le PI
- Les phases d'un plan d'intervention
- Les outils de travail
- Les buts d'une méthodologie de dossier
- L'importance d'une cueillette de données
- la nécessité d'une prise de notes claires et impersonnelles
- La confidentialité





- Les différentes sections des dossiers

LES FORMATRICES



Danièle F. Chouinard, N.D.

Riche d'une expérience terrain de plus de 35 ans en intervention sociale et, plus particulièrement dans le milieu de la santé mentale, elle utilise la médecine naturelle comme voie d'accès à une hygiène de vie saine et active. Diplômée en naturopathie (IFN & IIRHB) et en éducation somatique (UQAM), elle cumule au fil des ans des certifications notamment, en nutrithérapie, rééducation respiratoire-posturale, thérapies manuelles dont la Technique Bowen.

Dans sa pratique et ses recherches, Danièle Chouinard s'intéresse aux principes d'équilibre structurelle et métabolique du vivant et à la conscience corporelle comme sources potentielles d'autorégulation et de guérison.



Marcelle Demers, N.D.

Vit sa passion pour la naturopathie et l'alimentation depuis plus de treize ans. Diplômée en naturopathie (EQN & ISNFR). Son expérience personnelle et professionnelle lui a appris que le corps s'exprime à travers ses maux, et pour aider à apaiser les maux du corps, elle a enrichi son coffre à outils en suivant des formations en Programmation neurolinguistique (PNL) et obtenue son diplôme de Maître Praticienne. Elle cumule également des certificats en réflexologie, kinésiologie intégrée.

Maintenant, elle explore la médecine chinoise par le biais du shiatsu, Gi Gong médical, phytothérapie.

Elle s'intéresse aux déséquilibres digestifs et/ou de stress ainsi que de grande fatigue qui sont souvent reliés entre eux. Elle accompagne les personnes dans leur engagement à modifier leurs habitudes afin qu'elles « retrouvent le pouvoir d'agir sur leur vitalité ».

Pendant quelques années, elle a enseigné la nutrithérapie à l'Institut de santé naturelle ISNFR et IRRSN. Elle a animé également de nombreux ateliers dans différents organismes et lors d'évènements spéciaux.





Bibliographie

LES LIVRES

ADLER, B. Ronald et Neil TOWNE. *Communication et interactions*, Éditions Études Vivantes. 1991.

AUGER, Lucien. *Communication et épanouissement personnel. La relation d'aide*, Les éditions de l'homme, 1972.

BERNHARDTH, Odile, Francis COLNOT et Florence VITRY. *Comprendre et pratiquer le coaching personnel*, InterÉditions, 2008.

BIOY, Antoine et Anne MAQUET. *Se former à la relation d'aide. Concepts, méthodes, applications*. Dunod, Paris, 2003.

BOUCHARD, Jean-Pierre. *Comment écouter pour mieux aider. Introduction à l'écoute active*. JPBL Éditeur, 1992.

DILTS, Robert. *Être Coach : De la recherche de la performance à l'éveil*. InterÉditions, 2007.

DILTS, Robert, Tim HALLBOM et Suzi SMITH. *Croyances et santé. Épi/La méridienne*, 1990.

FEREY, Jean-Max. *PNL et relation d'aide. Les outils de la PNL pour les professionnels de l'accompagnement*. Chronique Sociale, 2009.

FLÈCHE, Christian et Franck OLIVER. *Croyances et thérapie. Démasquer ses croyances et s'en libérer. Décodage biologique*. Éditions le Souffle D'Or, 2007.

LE CONSEIL ONTARIEN DES SERVICES DE SANTÉ POUR LES FEMMES. Étude documentaire - Les mécanismes les plus efficaces pour modifier les comportements à risque pour la santé.

PEACOCK, Fletcher. 1999. *Arrosez les fleurs pas les mauvaises herbes !* Les Éditions de l'homme.

SITES INTERNET

PORTAIL QUÉBEC. L'ESPACE COMMUNICATION EN SANTÉ PUBLIQUE. Rencontre avec Gaston Godin, expert du changement de comportement. Publié le 10 décembre 2010. [Consultation le 25 janvier 2013].

Disponible : <http://www.espacecom.qc.ca/s-inspirer/lectures-rencontres/Rencontre-avec-Gaston-Godin--expert-du-changement-.aspx>

UNIVERSITÉ DE MONCTON. Le changement de comportement. Gaston Boudreau. [Consultation le 25 janvier 2013].

Disponible : www8.umoncton.ca/littoral-vie/ecosage/Gaston2.rtf

