

LA PHILOSOPHIE THESEM

La relation d'aide selon THESEM® repose sur une approche humaniste centrée sur la personne.

Elle considère que le corps peut exprimer le vécu émotionnel de chacun. Grâce à une présence attentive, une écoute active, une observation corporelle et une verbalisation respectueuse, le praticien accompagne la personne vers une meilleure compréhension de son expérience et de ses ressources.

Le praticien n'interprète pas, ne dirige pas et ne décide pas à la place de la personne. Il crée les conditions favorisant l'émergence de ses propres prises de conscience.

POSTURE PÉDAGOGIQUE

- * Formation expérientielle.
- * Alternance entre théorie, pratique et intégration.
- * Développement de la posture du praticien.
- * Exercices en binômes et mises en situation.
- * Études de cas.
- * Supervision pédagogique.
- * Approche humaniste, intégrative et centrée sur la personne.

1 • LES FONDEMENTS DE LA RELATION D'AIDE THESEM®

Objectifs

- * Comprendre les principes de la relation d'aide.
- * Développer une présence professionnelle.
- * Installer un climat de confiance.

Contenus

- * Les fondements de la relation d'aide.
- * Les spécificités de l'approche THESEM®.
- * Les différences entre informer, conseiller et accompagner.
- * L'écoute active.
- * La présence.
- * L'alliance de travail.
- * Le cadre d'accompagnement.

Pratiques

- * Exercices de présence.
- * Respiration.
- * Ancrage.
- * Écoute silencieuse.
- * Jeux de rôle.

2 • CORPS, ÉMOTIONS ET MÉMOIRES CORPORELLES

Objectifs

- * Comprendre les interactions entre le corps et les émotions.
- * Développer l'observation des manifestations corporelles.

Contenus

- * Les émotions.
- * Les ressentis corporels.
- * Les réactions d'adaptation.
- * Les mémoires corporelles dans le cadre de la méthode THESEM®.
- * Les manifestations corporelles du stress.

Pratiques

- * Observation corporelle.
- * Accueil des sensations.
- * Dialogue corporel.
- * Travail en binômes.

3 • SÉCURITÉ RELATIONNELLE ET RÉGULATION

Objectifs

- * Créer un espace relationnel sécurisant.
- * Respecter le rythme de la personne.

Contenus

- * Les bases du système nerveux autonome.
- * Les réactions au stress.
- * Les ressources d'autorégulation.
- * La sécurité relationnelle.
- * Les limites de l'accompagnement.

Pratiques

- * Stabilisation.
- * Ressources corporelles.
- * Respiration.
- * Présence.

4 • HISTOIRE DE VIE ET VERBALISATION

Objectifs

- * Favoriser les liens entre le vécu, les émotions et les manifestations corporelles.
- * Développer l'art du questionnement.

Contenus

- * Les expériences de vie.
- * Les émotions.
- * La mémoire autobiographique.
- * Les besoins fondamentaux.
- * Les ressources personnelles.

Pratiques

- * Ligne de vie.
- * Dialogue corporel.
- * Verbalisation.
- * Questionnement.

5 • L'ACCOMPAGNEMENT DES PROCESSUS ÉMOTIONNELS

Objectifs

- * Accueillir les émotions avec justesse.
- * Soutenir leur expression dans un cadre sécurisé.

Contenus

- * Les émotions primaires.
- * Les réactions corporelles.
- * Les ressources d'apaisement.
- * La respiration.
- * Les capacités d'intégration.

Pratiques

- * Présence.
- * Respiration.
- * Verbalisation.
- * Observation.
- * Intégration.



6 • LA POSTURE DU PRATICIEN

Objectifs

- * Développer une posture professionnelle stable.
- * Connaître ses limites.

Contenus

- * Les résonances relationnelles.
- * Les limites professionnelles.
- * Les biais.
- * L'auto-observation.
- * La supervision.

Pratiques

- * Analyses de situations.
- * Supervision.
- * Débriefings.
- * Exercices réflexifs.



7 • PROFESSIONNALISATION

Objectifs

- * Exercer dans un cadre éthique et responsable.

Contenus

- * Déontologie.
- * Cadre légal.
- * Quand orienter vers un professionnel de santé.
- * Installation professionnelle.

- * Communication.
- * Travail en réseau.

Pratiques

- * Études de cas.
- * Mises en situation.
- * Évaluation finale.
- * Analyse de pratique.

LA RELATION D'AIDE SELON THESEM

La relation d'aide selon THESEM est un accompagnement fondé sur l'écoute du corps, des émotions et de la parole. Grâce à une présence attentive, un questionnement respectueux et une observation des manifestations corporelles, le praticien accompagne la personne dans l'exploration de son vécu afin de favoriser une meilleure compréhension d'elle-même, dans le respect de son rythme, de ses ressources et de son autonomie.