

La relation d'aide

La relation d'aide peut s'exercer indépendamment de l'absence de maladie dûment déclarée.

Elle consiste à écouter l'autre dans sa souffrance.

Pour comprendre les mécanismes de la communication verbale et non verbale, il faut comprendre ce qui se passe dans la communication avec l'autre. La relation d'aide permet de repérer les sentiments de base, elle aide à clarifier et résoudre les difficultés de la personne qui en a besoin, sans la protéger et sans s'identifier à elle. Elle stimule les ressources de chacun pour développer des capacités d'écoute afin de guider un entretien d'aide.

La relation d'aide est à la fois un échange verbal et non verbal pour atteindre un meilleur contact avec sa réalité propre, ses émotions, ses conflits, ses valeurs, ses limites et ses aspirations. Ceci dans une optique de croissance et non uniquement de résolution de problème. En effet la relation d'aide doit apporter un changement à la suite de ce contact significatif, la personne peut se sentir plus à l'aise, plus courageuse devant l'adversité, plus éclairer sur le comportement à adopter et peut-être aussi un peu plus heureuse.

Cela permet à la personne à voir un peu plus clair dans sa propre situation, à prendre certaines décisions, à trouver le sens réel de sa vie. Cela permet également de se sentir mieux dans sa peau, d'être plus épanoui, plus heureux.

La condition fondamentale est que l'aidant est la volonté ferme et profonde de venir en aide à la personne demandant de l'aide. Il faut être persuader que la personne possède les capacités de pouvoir résoudre son problème par elle-même.

La relation d'aide vise à un plus grand épanouissement de la personne et fonde ses principes sur la confiance dans l'homme, c'est à dire que la personne à la possibilité de trouver en elle-même les ressources nécessaires à la solution de ses problèmes.

Un autre caractéristique de la relation d'aide est le fait que l'aidant se concentre sur la personne même. Le foyer de l'intervention devient ainsi la personne elle-même et non son problème. Ceci évite à l'aidant la trop forte tentation d'y apporter des solutions immédiates.

Cette façon de se centrer sur la personne lui permet aussi de faire abstraction de sa subjectivité, de ses sentiments personnels ou encore de sa façon de voir le problème avant que le client ne le lui ait exprimé qui il est, quelles sont ses difficultés et surtout comment il y réagit.

La relation d'aide est une communication thérapeutique.