



ALMA PARIS

# OFFRES DE FORMATION

SUR LES QUESTIONS DE  
"MIEUX-TRAITANCE"



01 42 50 11 08

[almaparis75@gmail.com](mailto:almaparis75@gmail.com)

<http://www.alma-paris.org/>

# Sommaire

1. Pourquoi se former ?	p.2
2. Comment se former ?	p.3
3. Sensibilisation à la mieux-traitance : comment mieux communiquer pour mieux prendre soin ?	p.4
4. Promouvoir la bientraitance, prévenir la maltraitance, favoriser la mieux-traitance.	p.6
5. Bien traitance de l'autre, bien traitance de soi Prévention de l'épuisement professionnel	p.8
6. Formation à l'écoute des personnes accompagnées.	p.10
7. Analyse des pratiques	p.12
8. Formations courtes et ciblées (1/2 journée)	p.14
• Violences intrafamiliales	
• Comment agir face à une maltraitance de personne vulnérable ?	
• Protection des biens / protection de la personne	
• Les professionnels et la mieux-traitance	

# Pourquoi se former ?

La longévité est le résultat d'un progrès pluridisciplinaire qui a débuté au siècle dernier dont les implications n'ont pas été toutes anticipées, d'autant que le continent des personnes âgées est rejoint silencieusement par l'ilot des personnes handicapées de plus de 60 ans. Ce phénomène a plusieurs impacts dont certains sont immédiats. La population accueillie dans les EHPAD y entre de plus en plus tard, le plus souvent en situation de grande dépendance.

D'une façon générale, l'espérance de vie s'allongeant, la population vieillissant de plus en plus, les dépendances s'accroissent.

**Ces facteurs retentissent sur les soignants qui sont, du fait de ces contraintes, souvent pris dans des vents contraires et ont bien du mal à travailler comme leur dicterait leur idéal, voire leur conscience.**

Il est ainsi très difficile pour les soignants de prendre en soin les personnes accueillies en dépit de leur bonne volonté et de leur souci de bien faire. Leurs intentions sont le plus souvent louables, mais comment faire quand ils sont soumis aux exigences des familles, des institutions et des contraintes du temps ?

Par ailleurs, même si les soignants ont abordé pendant leurs études la relation à l'Autre dans les situations difficiles, il importe de les accompagner dans leur expérience actuelle. Alors qu'ils sont confrontés à la mort, à la maladie, à la dépendance il est souhaitable qu'ils trouvent la juste distance tout en se préservant.

**Les formations que nous proposons permettront aux soignants de réfléchir sur la finalité et le sens de leur travail, de prendre du recul par rapport à leur vécu et aux sollicitations dont ils sont l'objet.**

En partant de leurs expériences, nous mettrons en place les conditions pour que les professionnels donnent du sens à leurs pratiques et connaissent les points de vigilance. Ces formations les conduiront à dépasser les situations de blocage et à prévenir l'épuisement professionnel. Ils pourront ainsi disposer de repères pour entrer dans une culture de bientraitance respectueuse de l'adulte dépendant, âgé ou handicapé.

# Comment se former ?

## Démarche pédagogique

Travaux de groupe : identifier les actions bienveillantes  
Travail interactif et participatif, groupes de parole  
Éclairage théorique des analyses de situation  
Valorisation des pratiques existantes  
Clinique des pratiques pour que chacun puisse donner du sens à ses gestes.

## Outils pédagogiques

Photo-langage  
Diaporamas  
Vidéos  
Rudiments de relaxation etc.

## Formatrices et formateurs

Les formations sont assurées par différents membres de l'association :  
Formatrice psychologue clinicienne, kinésithérapeute, infirmière  
Des professionnels du milieu médico-social : assistants-sociaux, médecins, juristes...  
Philosophe éthicien , sociologue, intervenant universitaire en gérontologie...

## Coût

950€ par jour  
Organisme non assujetti à la TVA  
A négocier si plusieurs groupes  
Des frais supplémentaires peuvent s'appliquer suivant le lieu de formation (déplacement du ou des formateurs)

Coût sensibilisation à la demi-journée : 500€

# SENSIBILISATION A LA MIEUX-TRAITANCE

## Comment mieux communiquer pour mieux prendre soin ?

### Finalité & objectifs

Conduire une réflexion sur ce qui fonde le travail auprès de nos aînés, redonner un sens aux pratiques, un sens à la mission de l'accompagnement des personnes âgées et/ou handicapées en institution ou au domicile.

### Objectifs

1. Prendre conscience des attitudes, comportements et situations vecteurs de maltraitance.
2. Connaître ses limites et ce qui les sous-tend, réduire les facteurs de risque en instaurant une vigilance.
3. Interroger les pratiques professionnelles, les remettre en questions dans son périmètre de responsabilité et d'action. Susciter une réflexion éthique fondée sur le respect de la personne, sa dignité et son autonomie
4. Identifier les éléments fondamentaux pour favoriser la « mieux-traitance »
5. Harmoniser les pratiques sur la base de valeurs communes.

### Durée

Une journée en intra/inter-établissement dans nos locaux.

### Programme

1. Approche générale des personnes âgées vulnérables. Définition des notions :
  - De vulnérabilité,
  - De vieillesse
  - Du handicap.



**1 jour**

2. Repérer et identifier les différentes formes de la maltraitance.

Définition de :

- La violence
- Des différents types de maltraitance
- Distinction entre maltraitance volontaire et involontaire
- Négligence et abus

3. Aspects législatifs, juridiques et sociologiques (rappel succinct) :

- Les lois 2002-2, 2004, 2005-102
- Les droits fondamentaux
- Les procédures de signalement

4. Facteurs à l'œuvre dans les situations de maltraitance

5. Les victimes, les personnes vulnérables et les facteurs aggravants

6. Promouvoir la bientraitance : pour être mieux-traitant :

- Changer de regard,
- Respect de la personne de ses désirs, de son autonomie...• Mieux communiquer pour prendre soin ?
- Être présent à l'autre
- Penser son geste
- Trouver l'équilibre entre l'attachement et la protection de soi.

# PROMOUVOIR LA BIENTRAITANCE PRÉVENIR LA MALTRAITANCE FAVORISER LA MIEUX-TRAITANCE

## Finalité & objectifs

La formation a deux finalités :

- rappeler la mission première de l'institution : l'accompagnement et le soin à la personne.
- accueillir la personne avec bienveillance pour mieux l'accompagner.

## Objectifs

1. Mettre en lumière les différentes formes de maltraitance et en comprendre les causes et les effets en fonction du contexte.
2. Traduire en actes le respect et la dignité de la personne.
3. Donner du sens à sa pratique .
4. Acquérir des repères pour mieux connaître les forces et les faiblesses de la personne vulnérable.
5. Changer de regard en privilégiant les capacités de la personne.
6. Prendre conscience des attitudes et comportements vecteurs de maltraitance
7. Maîtriser les savoirs faire et savoirs être pour un savoir devenir

## Durée

3 jours sous le format : 2 jours + 1 jour.

Compter une période intersessionnelle de 3 semaines / un mois entre les deux premiers jours de formation et la journée d'évaluation et de retour sur la mise en pratique.

## Programme

1. Préalables à la bientraitance
  - Représentation, attentes, besoins et désirs de la personne accompagnée



**2/3 jours**

- Définition des notions de respect, de dignité, d'autonomie, de dépendance...
  - Dangers des négligences et des violence ordinaires.
2. Évaluation de la souffrance et de la maltraitance
- Aspects les moins apparents de la maltraitance
  - Différents types de maltraitance
  - Recommandations des bonnes pratiques de l'ANESM, guide de l'HAS.
3. Facteurs de risques liés à la personne, à l'entourage, à la routine, au manque de connaissance...
4. Facteurs à l'œuvre dans les situations de maltraitance
- Travailler avec les contraintes institutionnelles
  - Prendre soin des membres de l'équipe, des encadrants et de soi.



# BIEN TRAITANCE DE L'AUTRE, BIEN TRAITANCE DE SOI

## Prévention de l'épuisement professionnel

### Finalité & objectifs

Poursuivre et développer une culture bien-traitante portée par une éthique individuelle et collective : garantir la solidarité, l'entraide et le partage entre professionnels pour créer un faisceau d'actions cohérentes dans une dynamique interdisciplinaire évolutive et féconde.

### Objectifs

1. Clarifier les principes de bien-traitance au travers des représentations et des pratiques.
2. Identifier les éléments fondamentaux d'une relation bien-traitante et bienveillante dans sa pratique professionnelle et développer une attitude réflexive.
3. Prévenir l'épuisement professionnel et connaître son niveau optimum de pression.
4. Permettre aux soignants d'exercer leur métier éprouvant avec plus de disponibilité d'écoute et d'attention, tout en prenant soin d'eux-mêmes et de leurs collègues.

### Durée

3 jours sous le format : 2 jours + 1 jour.

Compter une période intersessionnelle de 3 semaines / un mois entre les deux premiers jours de formation et la journée d'évaluation et de retour sur la mise en pratique.



2/3 jours

## Programme

1. Situer le rôle des institutions et des professionnels dans le respect des droits des personnes accueillies.

2. Actualiser la notion de "culture institutionnelle bienveillante" :

2.1. Être bien-traitant avec soi-même pour être mieux-traitant avec autrui

- Écouter et prendre en compte les messages corporels
- Découvrir ses limites personnelles : apprendre à dire oui et non

2.2. La bienveillance dans la collaboration entre professionnels

- Les relations inter-personnelles
- L'écoute « attentive »
- Les attitudes, les comportements
- La confiance en soi et en autrui

2.3. Rappel historique du stress et du burn-out

- Symptômes et conséquences
- Évaluation des situations,
- Actions de prévention : prise de distance, respiration, relaxation...

2.4. Les émotions : protection et adaptation

- Les décrypter : la peur, la colère, la culpabilité. Identifier les sentiments éprouvés.
- Mieux comprendre les craintes, émotions et réactions
- Encourager et développer les émotions positives
- Développer l'empathie



**2/3 jours**

# FORMATION A L'ÉCOUTE DES PERSONNES ACCOMPAGNÉES

## Finalité & objectifs

Faire émerger les capacités d'écoute chez les professionnels et les développer.

### Objectifs

1. Créer les conditions nécessaires pour faciliter la parole des personnes écoutées.
2. Travailler l'écoute pour mieux accompagner nos aînés en tant que personnes.
3. Permettre aux professionnels de percevoir les bénéfices d'une implication différente.
4. Se rendre capable de reconnaître et de réguler ses émotions.
5. Avoir un éclairage théorique sur les fondements et les applications d'une écoute active.
6. Prendre conscience des implications, effets, intérêts, répercussions, facilitations de ce type d'écoute.

## Durée

3 jours sous le format : 2 jours + 1 jour.

Compter une période intersessionnelle de 3 semaines / un mois entre les deux premiers jours de formation et la journée d'évaluation et de retour sur la mise en pratique.

## Programme

1. Travail sur les représentations
  - Qu'écoute t-on lorsqu'on écoute ?
  - Que veut dire "écouter" ?
  - Comment écoutons-nous ?



**2/3 jours**

## 2. Notions théoriques

- Carl Rogers et l'approche centrée sur la personne
- La décentration de soi
- Histoire de la notion d'empathie et de sa découverte
- Les bases neurales et biologiques de l'empathie.
- Distinction entre empathie et sympathie.
- L'écoute comme stimulant de la pensée et de la réflexion pour la personne écoutée

## 3. Les outils de l'écoute

- Reformulation
- Utilité des questions
- Quelle place au silence ?
- Conclure un entretien

## 4. Les attitudes favorisant l'écoute

- L'accueil bienveillant
- Posture et attitudes physiques
- Disponibilité mentale
- Comment prendre de la distance en travaillant ?
- Comment travailler la décentration pour adopter le point de vue de l'autre ?

# ANALYSE DES PRATIQUES

## Finalité & objectifs

La formation a deux finalités :

- Favoriser le travail d'équipe, la coopération, la coordination et la cohérence entre les pratiques professionnelles.
- Harmoniser les pratiques en leur redonnant un sens.

## Objectifs

1. Permettre des allers et retours réguliers entre la pratique et la réflexion.
2. Interroger, revisiter les pratiques et leur assigner un sens, ainsi qu'à tous les gestes quotidiens.
3. Favoriser l'expression et le partage des difficultés de chacun, d'exprimer ses émotions et d'analyser ses ressentis.
4. Développer ses capacités d'écoute bienveillante et respectueuse de la parole de chacun.
5. Identifier et apprécier en groupe la meilleure réponse face à une situation de détresse ou de tension dans un esprit de solidarité.

## Démarche

Cet accompagnement suppose un engagement et une volonté d'implication des participants. Il suppose également une neutralité, une bienveillance, un non-jugement et un respect de chacun dans une démarche constructive dans la compréhension, en dehors de toute culpabilisation.

## Durée

3 jours sous le format : 2 jours + 1 jour.

Compter une période intersessionnelle de 3 semaines / un mois entre les deux premiers jours de formation et la journée d'évaluation et de retour sur la mise en pratique.



**2/3 jours**

## Programme

1. Exposition et analyse des situations et expériences qui ont posé question aux professionnels, ainsi que celles qui leur ont apporté des satisfactions et des doutes.
2. Éclairage à partir de modèles théoriques pour étayer, expliciter et formaliser les savoirs implicites.
3. Accompagner les professionnels pour qu'ils puissent repérer les difficultés et les obstacles afin de sortir des impasses dans lesquelles ils se trouvent.
4. Analyser, en groupe, les situations et leur impact psychologique (tant sur le soignant que sur la personne soignée).

# Formations courtes et ciblées

1. Violences intrafamiliales
2. Comment agir face à une maltraitance de personne vulnérable ?
3. Protection des biens / protection de la personne
4. Les professionnels et la mieux-traitance

## Finalité & objectifs

Ces formations thématiques sont construites d'après un tronc commun, puis se déclinent selon des thématiques spécifiques, liées au public de la formation.

Cette formation a pour finalité d'amener les professionnels à :

- prendre conscience du phénomène de maltraitance
- différencier les moyens de protection en fonction : des lieux et des types de maltraitance, et des publics accompagnés.

## Objectifs

1. Recueillir des données et les interpréter
2. Permettre aux professionnels d'évaluer les situations
3. Connaître les modalités de protection des personnes

## Durée

Une demi-journée (4h)

## Programme

### Tronc commun :

1. Pourquoi traiter le sujet ?
2. Réflexion éthique sur la notion de personne
3. Souffrance ou maltraitance ?
4. Fragilité et vulnérabilité



1/2 jour

5. Différentes formes de maltraitance
6. Facteurs de risques : regards de la société et sur nous même.
  - Le handicap
  - Le vieillissement
7. Lieux de maltraitance
8. Présentation d'Alma Paris et de son activité

### **Programme thématique (en fonction du public)**

9. Débat autour de situations entendues :
  - Comment écouter la plainte ?
  - Comment évaluer la situation ?
  - Comment orienter la personne ?
  - Comment réagir ?



1/2 jour