

ANNEXE 1

GRILLE DE TRAVAIL

« J'AI ACCOMPAGNÉ Y... QUI M'A DEMANDÉ DE L'AIDER »

1. Ce qui motivait Y... à me demander de l'aide

- 1.1 Quel était l'objet de sa demande d'aide ? ou Quel était son problème ?
- 1.2 Selon moi a-t-il(elle) avancé dans la résolution de son problème ? (J'explicite ma réponse.)

2. Comment ai-je travaillé tout au long de cette rencontre ?

- 2.1 Suis-je satisfait(e) de mon écoute dans la 1^{ère} partie ? (J'explicite ma réponse.)
- 2.2 Suis-je satisfait(e) :
 - de la manière dont j'ai reformulé à Y... ce qu'il(elle) m'avait présenté de son problème ?
 - de la manière dont je lui ai proposé les lumières qui me sont venues ? (J'explicite ma réponse.)
- 2.3 Suis-je satisfait(e) de la manière dont j'ai accompagné et aidé le travail au cours de la 3^{ème} partie ?
Quels ont été selon moi les moments les plus importants ? Pourquoi ?

3. Les attitudes de fond à vivre

3.1 Ai-je bien vécu chacune des attitudes de fond à vivre au cours d'une rencontre d'aide (cf. FPM 26 n° 2). Pour chacune je m'évalue de 0 à 9.

- Ecouter en profondeur pour comprendre l'autre
- Non-jugement et bienveillance
- Foi en l'autre
- Respect de sa liberté
- Laisser naître en soi sympathie et affection
- Etre authentique

3.2 Si l'une ou l'autre de ces attitudes :

- a été particulièrement vivante en moi ;
- ou, au contraire, a été plus difficile à vivre pour moi ;

j'analyse brièvement mon vécu et, si je le peux, je recherche les causes de mes difficultés.

4. Ce que j'ai perçu ou compris du monde intérieur de Y...

4.1 Où ai-je ressenti ses points forts, les réalités les plus vivantes au niveau de son être ?

4.2 Où ai-je perçu ses points faibles, ses dysfonctionnements ?

4.3 Si son vécu était un vécu douloureux, sa souffrance me semble-t-elle avoir des racines dans le passé ?

Qu'est-ce qui me permet de dire cela ?

5. Autres remarques

Me reste-t-il **autre chose d'important** à noter ou à dire concernant ce temps de travail en relation d'aide ?