



Tutorat 2024-2025



**FORMATION EN SOINS INFIRMIERS
PREFMS CHU DE TOULOUSE
Rédaction 2023-2024
Semestre 1**

**UEC 30
Base de la relation soignant-soigné**

L'approche centré sur la personne

Ce cours vous est proposé bénévolement par le Tutorat Les Nuits Blanches qui en est sa propriété. Il n'a bénéficié d'aucune relecture par l'équipe pédagogique de la Licence Sciences pour la Santé et de l'IFSI. Il est ainsi un outil supplémentaire, qui ne subsiste pas aux contenus diffusés par la faculté et l'institut en soins infirmiers.

Introduction

Carl Rogers, psychologue humaniste, a profondément influencé la manière dont nous concevons la relation d'aide et le processus de changement personnel. Son approche, connue sous le nom d'Approche Centrée sur la Personne, met l'accent sur l'importance de comprendre et de répondre aux sentiments exprimés par les individus, plutôt que de se concentrer uniquement sur le contenu intellectuel de leurs paroles. Ce cours explore en détail les principes fondamentaux de cette approche, en mettant en lumière les concepts clés tels que la responsabilité de la personne, l'empathie, la considération positive inconditionnelle, et l'authenticité.

1. La Responsabilité et la Capacité de la Personne

Carl Rogers souligne qu'une des croyances fondamentales de l'Approche Centrée sur la Personne est la confiance constante dans la responsabilité de l'individu pour son propre développement et sa capacité à concevoir les étapes nécessaires pour une rencontre plus puissante avec sa réalité. Selon Rogers, chaque personne possède en elle-même les ressources nécessaires pour résoudre ses problèmes et atteindre une croissance personnelle. L'aidant ou le thérapeute, dans ce contexte, ne se place pas en expert, mais plutôt en facilitateur du processus de découverte et de développement personnel.

1.1. La Responsabilité Personnelle

- **Confiance en la Capacité Personnelle** : La croyance dans la capacité d'une personne à comprendre et à résoudre ses propres problèmes est centrale. L'individu est vu comme étant à même de déterminer les étapes nécessaires à son développement.
- **Autonomie et Découverte** : Le rôle de l'aidant est de soutenir la personne dans ses explorations, en lui offrant un espace sûr pour découvrir et définir ses propres solutions.

2. Focalisation sur le Monde Phénoménologique

Une autre dimension importante de l'Approche Centrée sur la Personne est la focalisation sur le monde phénoménologique de la personne qui recherche de l'aide. Rogers considère que pour comprendre véritablement une personne, il est crucial de se concentrer sur la manière dont elle perçoit et vit ses expériences.

2.1. Élan Vital et Développement

- **Élan Vital** : Rogers évoque l'élan vital comme une force intérieure qui pousse l'individu vers un développement plus complexe et enrichi. L'Approche Centrée sur la Personne vise à libérer cet élan vital, en permettant à l'individu de se développer selon son propre rythme et ses propres besoins.

- **Fonction de l'Approche** : Cette approche a pour fonction de soutenir et de favoriser cet élan vital en créant un environnement thérapeutique où la personne peut explorer librement ses expériences et ses sentiments.

3. Relations Interpersonnelles Constructives

Les relations interpersonnelles constructives, selon Rogers, se caractérisent par l'utilisation de certaines attitudes fondamentales :

- **Compréhension Empathique** : Cela implique d'entrer dans le monde perceptif de l'autre, en étant sensible aux mouvements affectifs tout en restant conscient de sa propre séparation en tant qu'individu distinct.
- **Acceptation de la Valeur d'Autrui** : Accepter et valoriser l'autre pour ce qu'il est, sans jugement, est essentiel pour créer une relation de confiance et favoriser la croissance personnelle.
- **Regard Positif Inconditionnel** : Voir l'autre de manière positive et respectueuse, basé sur la confiance en son potentiel de réalisation, est fondamental dans cette approche.
- **Authenticité** : Être authentique signifie être en cohérence entre ses propres expériences, sa conscience de soi, et ce qui est exprimé.

4. L'Art de l'Écoute et des Techniques de Communication

4.1. Écoute Active et Motivationnelle

- **Écoute Active** : Cela implique de se concentrer sur le contenu émotionnel des propos de l'autre, en reflétant les sentiments exprimés plutôt que de se limiter au contenu intellectuel. L'écoute active requiert une concentration sur les émotions, permettant une réponse empathique et significative.
- **Écoute Motivationnelle** : Cette technique se concentre sur la motivation intrinsèque de la personne, en l'aidant à explorer et à renforcer ses propres motivations pour le changement.

4.2. Reformulation

- **Reformulation** : La reformulation consiste à répéter ou reformuler ce que l'autre a exprimé, en mettant l'accent sur ses sentiments et ses perceptions. Cela permet à l'individu de clarifier ses propres pensées et émotions et de se sentir entendu et compris.

5. Croissance Personnelle et Authenticité

Rogers voit la croissance personnelle comme un processus de changement continu, où l'individu est encouragé à vivre plus pleinement dans le moment présent, établissant une congruence entre son expérience et son concept de soi.

5.1. Authenticité et Congruence

- **Authenticité** : C'est la cohérence entre l'expérience interne d'une personne, sa conscience de soi, et ses expressions extérieures. Une personne authentique est en accord avec ses sentiments et ses pensées, ce qui favorise un environnement de confiance et de compréhension.
- **Développement du Potentiel Humain** : L'Approche Centrée sur la Personne encourage l'individu à explorer et à développer son potentiel, en permettant une intégration plus complète de ses expériences et de son concept de soi.

6. Attitudes Facilitatrices et Changement

Rogers postule que certaines conditions sont nécessaires et suffisantes pour l'efficacité thérapeutique et le changement chez l'autre personne. Ces conditions incluent :

- **Compréhension Empathique** : Entrer dans le monde perceptif de l'autre et comprendre ses sentiments.
- **Acceptation Positive Inconditionnelle** : Valoriser et respecter l'autre sans jugement.
- **Authenticité** : Être vrai et cohérent avec ses propres expériences et sentiments.

7. Préoccupation pour le « Comment » du Changement

L'Approche Centrée sur la Personne s'intéresse davantage au « comment » du processus de changement qu'au « pourquoi » de la structure de la personnalité. L'accent est mis sur la manière dont le changement peut se produire et comment la personne peut évoluer dans le présent, plutôt que sur les causes profondes de sa personnalité.

7.1. Focus sur le Processus

- **Comment le Changement se Produit** : Cette approche se concentre sur les mécanismes et les processus par lesquels le changement se produit, plutôt que sur des analyses structurelles de la personnalité.
- **Vivre dans le Moment** : Encourager les individus à vivre pleinement dans le présent et à établir une congruence entre leurs expériences et leur concept de soi est une priorité.

Conclusion

L'Approche Centrée sur la Personne de Carl Rogers offre une vision profondément humaniste et respectueuse du processus de changement et de la relation d'aide. En mettant l'accent sur l'empathie, la responsabilité personnelle, la considération positive

inconditionnelle et l'authenticité, Rogers propose un cadre puissant pour favoriser la croissance personnelle et le développement. En adoptant ces principes, les aidants peuvent créer des relations interpersonnelles enrichissantes qui soutiennent et encouragent les individus dans leur quête de changement et de réalisation personnelle.