

Fonctionner mieux, grâce à la conscience et la relaxation



reflexion dynamique avec
le modèle à quatre chaises



Corma Ruijgrok

La carte des compétences en développement relationnel

Pour vous, en espérant qu'elle contribue à votre plaisir au travail. Cette carte vous offre des idées et des outils d'intervention. Peut-être elle vous inspirera et stimulera vos connaissances en développement relationnel.

Quelques idées de base :

Par nature l'enfant dispose de tout le nécessaire pour son propre développement. Il y est motivé par son besoin d'être en relation avec l'autre et par son désir d'autonomie. L'épanouissement de ce potentiel demande des épreuves et du soutien. Ainsi l'apprentissage se fait toujours en interaction avec l'autre.

L'apprentissage nécessite d'être en relation avec un enseignant

- qui est disponible,
- qui est confiant,
- qui éveille,
- qui travaille à partir de sa propre personne
- et qui, bien sûr, connaît son métier

C'est à l'école de créer les circonstances favorables à l'inspiration, au développement d'une « boussole interne » et de la conscience que tout a de l'importance.... (Source: NIVOZ www.hetkind.org) Dans cet esprit, il est recommandé à l'enseignant de faire évoluer les compétences suivantes:

1. Rendre compte des faits de manière descriptive.
2. Emettre une attitude positive basée sur l'acceptation et la confiance.
3. Exprimer et verbaliser ses propres pensées et ses propres sentiments : savoir se dévoiler de manière authentique. Ceci en considérant l'égalité et la réciprocité comme étant à la base de l'apprentissage. (Choisir le rôle d'adulte et non celui du parent ou de l'enfant – Model TA).
4. Avec empathie, faire le lien entre un comportement et ses origines possibles. (Explorer le rapport systémique dans tout).
5. Préférer consciemment une conduite positive et constructive (authenticité, exploration, donner un place aux choses, intégrer, créativité, réunir les forces communes afin d'améliorer ensemble quelquechose...) à une position négative et destructive (se réplier sur soi, se fâcher, s'angoisser, se victimiser, se plaindre, donner des messages indirectes).
6. Emettre que l'apprentissage est toujours en cours et de manière continue et que l'échec n'existe pas; nous pouvons toujours apprendre de nos expériences positives et négatives..

7. Distinguer « je » et « l'autre » : entendre que l'autre parle de lui-même et ses propres expériences (ce qu'il a déjà appris, ce qu'il est en cours de acquérir ou ce qu'il souhaiterait apprendre) et se réaliser que nous ne devons pas résoudre les problèmes à la place de l'autre.
8. Confirmer à l'autre de l'avoir entendu avec son cœur et tout son être : rétro-agir en favorisant le développement relationnel ou autrement dit mettre des mots sur ce qui semble essentiel pour le développement de l'autre.
9. Prendre conscience d'être soi-même son outil de travail: on met de côté ses convictions intimes, ses projections et ses conseils sauf si on l'estime important pour la situation ou pour la personne.
10. Se concentrer et apprécier l'ici et maintenant entretenant une conscience corporelle souple et détendue. Appliquer de manière consciente la pensée et les sentiments en ouverture pour que l'enfant – parfois tendu et souffrant d'une image de soi négative- puisse en bénéficier (modèle des quatre-chaises)

Savoir plus?

corma.ruijgrok@hu.nl

www.dynamischreflecteren.com

www.onderwijsweb.nl/dossiers/stressengeluk