

### Contexte

Trouver la juste distance professionnelle ne va pas de soi, singulièrement dans les lieux de vie où les relations pluriquotidiennes et durables, génèrent le plus souvent des liens et des affects particuliers avec les résident(e)s et avec leurs proches.

Aussi, la juste distance professionnelle interroge-t-elle trois dimensions :

- Celle de la bonne distance physique qui pose la question du rapport à l'intime et à l'intimité, c'est-à-dire au corps de la personne handicapée, à sa nudité, au respect de son "chez lui", de sa sphère privée.
- Celle de la juste distance éthique, qui questionne quant à elle, entre indiscretion ou indifférence, la capacité de décentration de soi et d'une réelle attention à l'autre.
- Celle de la bonne distance psychique et relationnelle qui interroge la capacité de l'aidant à identifier et canaliser ses émotions et à adapter ses positionnement et modes de communication aux différents moments et à la singularité de ses interlocuteurs.

Ainsi, lorsque l'on parle de "bonne" ou de juste distance professionnelle, on parle bien d'une distance qui s'ajuste en fonction des circonstances, des besoins et attentes des personnes accueillies. En outre, l'entraînement à la recherche de la juste distance protège le professionnel du risque inhérent à toute relation d'aide et d'accompagnement : la saturation émotionnelle et son corollaire, l'épuisement professionnel. Pour aider à cet ajustement permanent, nous faisons appel à un outil, le "curseur relationnel" (\* outil proposé par le Dr Catherine Deshays).

Public concerné	Programme
<p>Toute personne en relation avec des personnes handicapées, leurs proches.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>La bonne ou juste distance professionnelle :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les trois dimensions de la distance professionnelle : proxémie, eumétrie, éthique.</li> <li>○ La juste distance, une distance qui s'ajuste.</li> </ul> </li> <li>■ <b>Les avatars de la distance professionnelle en lieux de vie :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les facteurs en jeu dans les relations.</li> <li>○ Les représentations associées aux rôles et attentes de rôles des différents interlocuteurs.</li> </ul> </li> <li>■ <b>Les deux distances professionnelles les plus à risque et leurs conséquences :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Implication fusionnelle ou mise à distance défensive.</li> <li>○ Les risques de l'injuste distance pour le professionnel, pour la personne accueillie.</li> </ul> </li> <li>■ <b>Les leviers d'adoption de la juste distance professionnelle :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bienveillance et triangulation des relations ...</li> <li>○ Gestion des émotions et empathie.</li> <li>○ Les ressources de l'équipe.</li> </ul> </li> <li>■ <b>L'aide au positionnement professionnel, le curseur relationnel.</b></li> <li>■ <b>La canalisation des débordements émotionnels d'autrui.</b></li> </ul>
Objectifs globaux	
<p>"Savoir ce que recouvre la notion de distance professionnelle, son champ et ses limites."</p> <p>"Identifier les deux distances professionnelles à risque pour soi, pour l'autre."</p> <p>"Connaître les leviers d'adoption de la juste distance."</p> <p>"S'entraîner à bien se positionner à l'aide du curseur relationnel."</p>	
Méthodes pédagogiques	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Apports didactiques, échanges.</li> <li>○ Test de positionnement.</li> <li>○ Analyse réflexive sur situations réelles.</li> <li>○ Entraînement par mises en situations et exercices.</li> </ul>	