

## **Le C.A.P. - Centre d'Aide Psychothérapeutique**

### **Master en Relation d'Aide et en Accompagnement**

#### **PRESENTATION**

La préparation du Master en Relation d'Aide et en Accompagnement (M.R.A.A.), d'une durée de trois années universitaires et nécessitant l'acquisition de 41 crédits (soit 410 heures de formation, plus 120 heures de stage), est ouverte aux étudiants titulaires d'une licence en sciences humaines (ou d'un titre reconnu comme équivalent par le Comité de Validation et d'Accréditation, en tenant compte aussi de la validation des Acquis) ou d'un diplôme professionnel sanctionnant au moins trois années d'études, tels le diplôme d'infirmier(e), d'éducateur(trice) spécialisé(e), d'assistant(e) social(e), ou autre.

Les étudiants ne figurant pas sur place peuvent effectuer leur formation par correspondance, en participant aux séminaires de regroupement organisés durant l'année universitaire, et dont les dates sont communiquées à leur demande.

Le M.R.A.A. est un deuxième cycle professionnalisé européen, à vocation relationnelle et à ancrage biblique, s'inscrivant dans le champ des sciences humaines, exigeant un haut niveau de qualification théorique, clinique et pratique, s'appuyant sur une formation originale et un code de déontologie. Il est offert dans le cadre du C.A.P. (le Centre d'Aide Psychothérapeutique) et garantit la diversité des méthodes disponibles, au-delà des dogmatismes et des querelles d'écoles, mais dans la référence à une pratique d'inspiration biblique. Il implique un minimum de travail sur sa propre personne (points forts à optimiser, lacunes à combler). Ce travail commence dès le début de la formation avec la mise en place d'un questionnaire de motivations et d'un entretien exploratoire, portant

- sur la capacité de l'étudiant à gérer son temps (calendarité),
- sur son bon positionnement dans l'espace relationnel (cardinalité),
- sur sa maîtrise des émotions, des sentiments et du stress
- sur une bonne connaissance de soi,
- sur sa maturité psycho-affective et spirituelle.

L'étudiant doit ainsi apprendre l'évaluation, l'autoévaluation tant théorique que pratique (entretien préliminaire et final durant la formation, stage évalué en milieu institutionnel, cours, séminaires, questionnaires), de même que développer sa capacité d'implication personnelle dans les différentes qualifications proposées en cours de formation.

#### **FILIERES ET DEBOUCHES**

Le programme permet au candidat de se spécialiser dans le travail relationnel dans des domaines aussi divers que la pratique de l'écoute pastorale, l'aumônerie hospitalière ou carcérale, la relation d'aide dans la prise en charge éducative, l'accompagnement, éventuellement la psychothérapie (pour cette activité, une formation complémentaire est absolument nécessaire, impliquant entre autre pour l'étudiant d'être passé soi-même par un processus de thérapie), la diaconie (ministères spécialisés auprès de la jeunesse en détresse, aide aux couples et aux

familles en difficultés, accompagnement des personnes malades, alcooliques, toxicomanes, âgées, en fin de vie...).

Il vise aussi spécialement les membres d'église qui aimeraient mettre leurs compétences au service de la communauté familiale, sociale ou ecclésiale pour y seconder les " professionnels " tels que les pasteurs, les éducateurs, les enseignants, les psychologues, les travailleurs sociaux, médicaux ou paramédicaux, en vue d'exercer un ministère d'encouragement (aide mutuelle), d'exhortation (impliquant la connaissance de l'Écriture, l'acquisition des techniques interactionnelles appliquées à des situations réelles, souvent douloureuses et conflictuelles), et d'élucidation, (selon le modèle de Larry CRABB).

### **Ce travail se fait en trois étapes:**

- 1) le dépistage des conflits et la gestion des problèmes venant d'une frustration suite à la non-satisfaction des besoins vitaux, de sécurité, d'appartenance ou autre,
- 2) le déploiement des ressources personnelles et interpersonnelles disponibles, et enfin
- 3) la mise en place de stratégies adéquates pour restaurer chez la personne qui souffre ou qui est en détresse une vie plus heureuse, un sens à la vie, des raisons d'être et d'espérer.

Le but principal étant d'aider la personne (croyante ou non), à comprendre qu'elle est acceptée en Christ, ayant à ses yeux une valeur inestimable, mais aussi qu'elle est responsable, ne pouvant plus vivre n'importe comment.

La validation académique des cours fonctionne selon le système des crédits, un crédit correspondant à 10 heures d'enseignement validé.

La formation est à la fois théorique et pratique, permettant l'accès à un diplôme de niveau maîtrise, tout en préparant à une spécialisation dans le domaine relationnel d'écoute et d'accompagnement et/ou thérapeutique au service de l'église et de la société (travail en faveur des personnes défavorisées, des personnes marginales ou perturbées, de celles rencontrant des difficultés d'insertion, ou présentant des troubles psychologiques, comportementaux ou relationnels au sein de leur couple, du foyer, en milieu scolaire, en société...).

Pour répondre à ces défis, un stage pratique en milieu institutionnel médical, relationnel, thérapeutique ou éducatif et d'une durée de six semaines est requis, avec 120 heures effectives sous la direction d'un enseignant ou d'un conseiller aux études reconnu par notre Institut de formation. La validation de ce stage exige aussi la réussite d'un examen spécial (entretien oral) et les réponses à un questionnaire d'évaluation.

### **OBJECTIFS SPECIFIQUES DU STAGE**

L'étudiant profitera de son statut de stagiaire pour:

- 1) Découvrir le service (ou l'institution) et son organisation: les locaux et leurs spécificités, rôle respectif de chacun des membres de l'équipe en place;
- 2) Préparer un organigramme reflétant le fonctionnement de ce service;
- 3) Apprendre à observer le déroulement d'une journée, d'une semaine, et évaluer les interactions présentes;
- 4) Être capable d'effectuer un recueil de données centré sur une des personnes à laquelle il s'intéresse plus particulièrement (élève, pensionnaire...) et qu'il pourra éventuellement prendre en charge au niveau de la relation d'aide (si le système en place le permet et si le type de contrat passé avec l'institution le précise clairement);
- 5) Perfectionner sa capacité d'immersion et d'écoute, sans perturber les démarches

antérieures en cours;

- 6) Evaluer avec son conseiller aux études ou avec le référent qui l'encadre la qualité des processus ainsi engagés;
- 7) Utiliser au maximum les ressources offertes par le lieu de stage;
- 8) Elaborer avec les responsables de l'encadrement des objectifs personnels de stage en rapport avec l'activité de la relation d'aide;
- 9) Identifier les différents projets, les approches et les actions entreprises au sein de l'institution/du service, dans les domaines de la prévention, de l'éducation, de la réadaptation;
- 10) Répondre au questionnaire d'évaluation, avec la possibilité de la remise en question, du réajustement, etc.

### **RAISON D'ETRE ET ORGANISATION DU M.R.A.P.**

A une époque où les valeurs sont en crise, où le doute s'installe dans une société qui se cherche et qui souffre, dont le relativisme contribue à lui créer des problèmes de stabilité, de mal-être et de mal-vivre, d'image de soi, d'altération, de montée du sentiment de vide, du manque d'espoir, d'absence de projet et de dépression, voire de suicide, la spécialisation en vue du Master en Relation d'Aide et en Accompagnement doit fournir les fondements, les repères et les outils indispensables en vue d'atténuer les dysfonctionnements et en vue de surmonter dans notre culture l'aliénation relationnelle (familles monoparentales ou recomposées, couples en rupture, solitude et isolement); l'aliénation économique (précarité de l'emploi, chômage, durée de la dépendance économique des jeunes et des personnes âgées); l'aliénation médiatique (dualisme dans le monde réel et virtuel, immédiateté et instantanéité de l'information, au détriment de la véracité); et l'aliénation morale/épistémologique (perte de la vérité).

Les principes moraux, éthiques et déontologiques posés dans la Bible et repris par notre tradition chrétienne doivent nous permettre de formuler des objectifs psychopédagogiques et thérapeutiques afin d'apporter notre contribution à la stabilité sociale en faveur d'hommes et de femmes déboussolés, cherchant des réponses relatives à leur situation, mais aussi des réponses aux questions ultimes portant sur la vie, la mort, la souffrance, le sens de leur existence, sans oublier le processus de maturation dans lequel il n'est pas toujours facile de s'engager. Notre intervention se situe donc principalement dans le domaine de l'hygiène mentale, du vécu relationnel, de la prévention de la santé publique, en vue de diminuer le nombre des agressions et des somatisations de conflits psychiques ou interpersonnels, et en vue de réduire du même coup les effets des aliénations mentionnées précédemment.

L'année universitaire est organisée de telle manière que l'étudiant peut se familiariser avec l'écoute, l'accompagnement, la relation d'aide, la psychologie, les processus d'apprentissage, de développement, et de communication, tout en mettant l'accent sur une bonne connaissance du texte biblique et sur l'acquisition de méthodes empiriques du travail scientifique. Il peut aussi affiner sa propre perception et la perception d'autrui, sans oublier l'initiation aux fondements juridiques et législatifs de sa future activité. Le stage obligatoire lui permet d'investir un champ social pratique nouveau, vérifiant son assimilation et sa maîtrise des qualifications de base du domaine psychopédagogique et thérapeutique-relationnel, grâce aux différentes formes de prise en charge qu'il sera amené à expérimenter. Le choix possible entre d'une part l'élaboration et la réalisation d'un projet personnel en psychopédagogie ou en accompagnement (réhabilitation, écoute et cure d'âme, intervention, documentation de cas...), et d'autre part la rédaction d'un mémoire

relevant du domaine de spécialisation, lui permet la confrontation entre la connaissance théorique et la démarche pratique, tout en aiguisant les outils conceptuels acquis durant le cursus de formation.

L'étudiant doit apprendre à distinguer entre l'écoute, le conseil psychologique, la relation d'aide, l'accompagnement, l'intervention de crise et la psychothérapie, selon la problématique à laquelle il est confronté et selon le type de personne à laquelle il a affaire, et il doit adapter sa stratégie:

**1) l'écoute et le conseil psychologique:** qui est très proche du conseil donné dans la vie courante par une personne de confiance, mais qui s'en distingue par son caractère professionnel, pouvant se caractériser comme une intervention d'échange relativement ponctuelle, faite dans une atmosphère d'accueil et de bienveillance. Il vise l'explication d'un problème plus ou moins spécifique, la communication et la discussion d'informations permettant à celui qui demande l'intervention (le consultant), de voir plus clairement une situation de réalité et de décider de la façon dont il pourrait résoudre le problème qu'elle lui pose. Cet échange ne se limite cependant pas à un échange d'information, mais comporte un aspect affectif et motivationnel plus ou moins important. La fonction du conseil est de faciliter un processus de prise de décision d'un consultant (un client, un membre) confronté à des problèmes dans le domaine de ses études, de sa foi, de sa profession, de sa vie de couple ou de famille...

**2) l'intervention de crise: poursuit un double but:**

a) résoudre des problèmes de vie intenses et urgents qui dépassent les capacités de maîtrise d'un individu (malade ou bien portant), tels les moments critiques d'une maladie (crises, opérations, invalidités), ou des événements de vie traumatisants (décès, accident, divorce, deuil, etc.)

b) soulager les souffrances de la personne en crise et prévenir les conséquences négatives (médicales, sociales, religieuses, psychologiques...).

C'est une intervention psychologique relativement ponctuelle, comme le conseil psychologique, mais elle s'en distingue par l'intensité, l'urgence et parfois la complexité du problème, et à ce titre, requiert d'autres façons d'agir.

Les aspects essentiels et les principes d'intervention lors d'une crise peuvent se résumer dans les points suivants:

1) l'intervention immédiate doit éviter le danger d'actions et de décisions irréversibles ainsi que le développement d'attitudes et de comportements inadéquats;

2) l'activité de l'intervenant a pour but de repérer le conflit et de confronter le consultant à celui-ci;

3) le soutien du consultant grâce à une relation d'aide solide et établie rapidement, lui permet de soutenir cette confrontation sans se détruire lui-même;

4) le point focal de l'intervention est essentiellement le problème actuel, ce qui n'exclut pas nécessairement le retour à un passé plus lointain;

5) le pragmatisme et l'éclectisme des méthodes, car les exigences de la situation rendent souvent nécessaire une action flexible et pragmatique;

6) le recours aux personnes proches et à la collaboration de spécialistes tels un psychologue, un médecin (psychiatre ou non), un pasteur, un travailleur social...

**3) l'intervention psychothérapeutique (ne concerne pas directement**

**l'étudiant à ce stade de sa formation):** elle est absolument à laisser entre les mains des professionnels. Elle se distingue du conseil psychologique et de l'intervention de crise par son objectif plus large et plus complexe, par un travail plus

long et plus approfondi, qui implique une interrogation sur soi et une mise en question de soi-même plus poussées. La psychothérapie est un processus interactionnel conscient et planifié visant à influencer des troubles de comportement et des états de souffrance qui, dans un consensus (entre consultant-patient, thérapeute et groupe de référence), sont considérés comme nécessitant un traitement, par des moyens psychologiques (souvent par la communication), le plus souvent verbaux, mais aussi non verbaux, dans le sens d'un but défini, si possible en commun (minimalisation des symptômes et changement structurel de la personnalité), moyennant des techniques pouvant être enseignées sur la base d'une théorie du comportement normal et pathologique.

## REPARTITION ET PROGRAMMES DES COURS

Le Master en Relation d'Aide et en Accompagnement suit un programme de trois années universitaires, au terme duquel l'étudiant doit

- 1) avoir suivi les 410 heures de cours théoriques et pratiques, correspondant à la validation d'un total de 41 crédits obligatoires, répartis de la manière suivante: 9 obligatoires dans le module " Psychologie et relation d'aide ", 11 obligatoires dans le module " Approches fondamentales ", 9 obligatoires dans le module "Outils en Relation d'Aide et Accompagnement" et 12 obligatoires dans le module " Unités Pluridisciplinaires " . Dans ce dernier module sont comptés le stage pratique (4 cr.), l'élaboration et la réalisation du projet personnel (6 cr.) ou la rédaction du mémoire (6 cr.) ;
- 2) avoir suivi et réussi son stage de 6 semaines (120 heures) ;
- 3) répondu à toutes les exigences.

I. MODULE " PSYCHOLOGIE ET RELATION D'AIDE "		
1. PSIN 580: Introduction à la psychologie, à la psychopathologie et à la relation d'aide	J.M. MARTIN	3 cr.
2. PSDE 581: Psychologie du développement de la personne et du changement	J.M. MARTIN	3 cr.
3. PSCO 582: Psychologie de la communication	J.M. MARTIN	3 cr.

II. MODULE " APPROCHES FONDAMENTALES, = A.F. "		
4. A.F. 1, 583 Qualifications de base pour l'approche cognitive-comportementale (L'entretien psychologique. Les faux schémas mentaux et la gestion des émotions)	J.M. MARTIN	3 cr.
5. A.F. 2, 584: Qualifications de base pour l'approche systémique en interaction avec la Psychologie des Profondeurs (Psychanalyse)	J.M. MARTIN	3 cr.
6. A.F. 3, 585: Qualifications de base pour l'approche holistique intégrative: la multiréférentialité, l'écologie mentale, la logothérapie, la résilience, la guérison des blessures de mémoire...,	J.M. MARTIN	3 cr.
7. PSGE 586: Psychogénéalogie (Etablissement de son propre génogramme)	J.M. MARTIN	2 cr.

III. MODULE "OUTILS EN RELATION D'AIDE ET ACCOMPAGNEMENT"		
8. RAGE 587: Introduction à la gériatrie. L'accompagnement de la personne du 3ème ou du 4ème âge, et la prise en charge de sa famille.	Ingrid MARTIN	2 cr.
9. AT 588: L'art-thérapie en démarche de soins à l'autre	J.M. MARTIN	3 cr.
10. RE 589: La résilience comme outil efficace,	J.M. MARTIN	2 cr.
11. RABU 590: Prévenir et gérer l'épuisement (le Burn-out) chez l'intervenant en Santé mentale	J.M. MARTIN	2 cr.

IV. MODULE "UNITES PLURIDISCIPLINAIRES"		
12. UPMR 591: Méthodologie de la recherche. Initiation aux méthodes utilisées en Sciences Humaines et dans le relationnel,	J..M.MARTIN	2 cr.
13. UPST 592: Stage pratique de quatre semaines en milieu institutionnel agréé par notre Institut, comprenant la présence effective de 80 heures, et placé sous la direction d'un conseiller aux études reconnu, qui en dirigera le rapport et l'évaluation		4 cr.

Projet/ Mémoire: le candidat doit choisir entre les points 14 et 15		
14. UPPR 593: Elaboration et réalisation d'un projet personnel en relation d'aide et en accompagnement, prouvant la capacité du candidat à intégrer et à utiliser les méthodes acquises en vue de mener à bien un projet relevant du champ de sa compétence ou bien		6 cr.
15. UPME 594: Rédaction d'un mémoire relatif à l'un des thèmes abordés et couvrant l'un des champs investis durant la formation		6 cr.

### **ATTRIBUTION DU MASTER EN RELATION D'AIDE ET EN PSYCHOTHERAPIE**

- 1) Le M.R.A.A. est délivré à l'étudiant qui a validé tous les modules ;
- 2) qui a validé son stage et passé avec succès l'entretien d'évaluation ;
- 3) qui a élaboré et mené à bien la réalisation de son projet personnel; ou bien qui a soutenu son mémoire, dont il aura déposé deux exemplaires (corrigés) à la Bibliothèque du C.A.P.
- 4) La durée des études en vue du M.R.A.A. ne peut dépasser quatre ans (sauf dérogation exceptionnelle pour les étudiants suivant la formation en alternance avec une activité professionnelle)

### **PROPOSITION DE LIEUX DE STAGES SUSCEPTIBLES D'ACCUEILLIR LES ETUDIANTS:**

- les Maisons de Retraite situées à Monnetier-Mornex, "Cognacq-Jay" et "Rayons de Soleil",
- la Clinique "La Lignière", de Gland (Suisse),
- le Centre " Horizons neufs " à Genève ;
- l'Ecole Montessori de Blecheins,

- le CHUV "Centre Hospitalier Universitaire de Vaud", Suisse (stage en aumônerie hospitalière)
- les différentes communautés chrétiennes de la région (pour les étudiants se spécialisant dans la prise en charge au sein de l'église)...
- le lieu de travail où l'étudiant exerce son activité professionnelle habituelle (pour autant qu'elle soit en rapport avec la formation suivie).

Remarque: il incombe à l'étudiant d'entreprendre les démarches pour l'accès à un lieu de stage

Coût de la formation

Un crédit (soit 10 heures d'enseignement) revient 55 Euros, et le cursus complet à 2255 Euros

### **INTERVENANTS**

<p><i>MARTIN Ingrid, Infirmière diplômée d'Etat, spécialisée en Gériatrie</i></p>	
<p><i>MARTIN Jean-Michel, Docteur en Histoire de l'Eglise (Paris, 1980), Docteur en Sciences de l'Education (Genève, 1986), Psychothérapeute titulaire du Syndicat National des Praticiens en Psychothérapie (Paris, 1996)</i></p>	