

## FORMATION

### Relation d'aide

Les bénévoles qui réalisent des visites individuelles aux femmes soignées pour un cancer du sein lors de leur hospitalisation ou en ville peuvent vivre des situations difficiles, douloureuses, complexes. Elles ont besoin d'informations, de techniques, de conseils pour développer leurs qualités d'écoute et de communication afin d'établir des relations de qualité avec les femmes rencontrées.

**Cette formation est obligatoire pour pouvoir être agréée comme bénévole au sein de l'association. Elle fait partie d'un dispositif plus large incluant des visites en binôme réalisées avec une bénévole « expérimentée » nécessaires pour :**

- Observer la diversité des situations, des questions posées, des problématiques soulevées ...
- Comprendre les enjeux de l'accompagnement et les exigences du milieu hospitalier

#### Objectifs de la formation

- Permettre à chaque future bénévole de mieux discerner ses attentes et ses motivations en vue de son action au sein de l'association.
- Se familiariser et expérimenter les outils de « l'écoute active ».
- Identifier ses défenses psychologiques pour conserver son énergie et sa qualité de communication.

#### Contenu

- Expression et échanges sur les motivations à devenir bénévole dans l'association Vivre Comme Avant et sur son rapport à sa propre maladie.
- Exposés théoriques sur l'écoute active, la reformulation, les mécanismes d'adaptation de la personne malade, les étapes du deuil par rapport à une perte...
- Analyse de cas concrets et partage d'expériences.

#### Confidentialité des échanges

La formatrice est garante que les échanges se déroulent dans la confidentialité et le respect de chacun.

#### Formateur

Le formateur est une personne extérieure à l'association, spécialisée dans la relation d'aide aux malades. Elle est formée pour faciliter la parole, réguler les échanges et apporter une information complémentaire sur une question ou une problématique posée.

#### Prérequis

- Avoir eu un cancer du sein, terminé les traitements et pris du recul par rapport à sa maladie.
- Connaître le projet de l'association, ses valeurs et son organisation.
- Avoir accompagné des bénévoles expérimentées dans des visites auprès des malades dans des hôpitaux.