

La Relation d'Aide est un accompagnement à la personne, un appui solide afin que celle-ci puisse se diriger dans le sens de l'autonomie, intégrer ce qu'elle est afin de vivre mieux.

On l'aide, notamment, à repérer les émotions négatives qui la perturbent, à la rendre responsable et lucide, à identifier ses besoins afin de pouvoir faire ses propres choix de manière adulte.

C'est une relation de confiance lui permettant de s'exprimer et de comprendre son vécu.

Le thérapeute de son côté aura une écoute active, sans jugement.

Le thérapeute dispose d'une large palette d'outils qu'il utilisera en fonction de la problématique.