

# **Introduction à la Psychologie, Communication et Relation Thérapeutique (Module BS, Tronc Commun)**

## **Description/Définition**

Étymologiquement, la psychologie signifie la science de l'âme...Son objet est l'étude du comportement humain sous tous ses aspects psychiques, normaux ou pathologiques. Cette formation vise la découverte des concepts-clés des principaux courants de la Psychologie, ainsi que l'acquisition d'outils pratiques utilisables pour la connaissance de soi, l'introspection, la relation d'aide et une première approche du concept de thérapie.

Ce premier module se propose de faire un tour d'horizon des principaux courants de la psychologie, en parlant des bases et des principaux éléments qui la composent tels que les facteurs biologiques et cognitif, le développement et ses stades, l'apprentissage et la communication.

La deuxième partie du cours s'orientera vers la découverte des bases de la relation d'aide, l'écoute active et la reformulation dans le cadre d'une relation client-thérapeute.

## **Pré-requis/Public**

Ouvert à tous

## **Objectifs du cours**

Ce module permet d'acquérir les bases de la psychologie et de la communication humaine. Découvrir son fonctionnement et les différents secteurs qui nous composent pour se sensibiliser à l'observation et à l'introspection.

Ce module a pour objectif de découvrir la notion de psychologie ainsi qu'une vue d'ensemble des principales orientations de la psychothérapie (psychologie cognitive, biologique, du développement et de l'apprentissage).

Au niveau de la communication, les étudiants apprendront les bases de la relation humaine et de l'espace relationnel, bases fondamentales nécessaires à toute dynamique de relation d'aide.

## **Contenu**

Origine et définition de la psychologie

Psychologie biologique et du développement

Principales orientations de la psychologie et de la psychothérapie (psychanalytiques, comportementales-cognitives, existentielles-humanistes, systémiques-interactionnelles)

L'apprentissage et la motivation

Définition de la communication

Éléments de connaissance de soi : pensées, émotions, besoins, pulsions, sentiments, désirs, comportements...

Ecoute active et empathie

L'espace relationnel, proximité, distance, transfert

La reformulation, décodage et encodage

**Durée : 2 jours (15 h)**

