

Qui je suis

Après des études en sciences (M.Sc. en sciences de l'environnement) et une carrière de 25 ans dans le domaine de la conservation de la faune, j'ai réajusté le cours de ma vie pour en approfondir le sens et lui laisser prendre la direction qui l'appelait.

J'ai obtenu le diplôme de formation professionnelle à la relation d'aide psychologique (programme de 1250 heures) du Centre de Relation d'Aide de Montréal (CRAM). Je me suis aussi perfectionné dans des approches psychologiques humanistes connexes. Je poursuis des formations avancées au CRAM pour donner encore plus de profondeur à mon écoute et à mon aide.

Comme tout le monde, j'ai aussi vécu. J'ai aimé, j'ai eu des enfants, une famille. J'ai connu des souffrances, des accidents, des pertes, des deuils. J'ai connu des succès et des échecs, des joies et des peines. Comme autant de coups de ciseau du sculpteur, tous ces éclats de vie m'ont fait tel que je suis aujourd'hui, l'œil tourné vers le dedans et le cœur plus ouvert.

Mon âme trouve en forêt la présence que je vous offre.



Robert Décarie,
M.Sc., TRA
Thérapeute
en relation d'aide^{md}

Gatineau 819 561-1128 rdecarie@sympatico.ca

**Être pleinement
qui je suis,
créer ma vie,
aimer**



CORPORATION INTERNATIONALE
DES THÉRAPEUTES EN RELATION D'AIDE DU CANADA

Robert Décarie, M.Sc., TRA
Thérapeute en relation d'aide^{md}

Thérapie individuelle pour adultes

**Approche
non directive
créatrice^{md}**

**Estime de soi
Dépendance
Difficultés en relation
Pertes et deuils
Isolement
Dépression
Détresse**



Le fondement

L'Approche non directive créatrice^{md} (ANDC) est une approche thérapeutique relationnelle créée par Colette Portelance, D.Sc.Éd., inspirée des travaux de Carl Rogers et Georgi Lozanov ainsi que de la thérapie gestalt.

Les plus grandes souffrances de l'être humain naissent de ses manques relationnels passés et présents. L'expérience prolongée d'une relation profonde et authentique avec un spécialiste de la relation affective peut transformer l'impact de ces expériences et procurer une sérénité intérieure durable.

Basé sur l'écoute empathique, le respect du rythme de chacun et le non ménagement, l'ANDC permet l'acceptation de soi, la transformation des fonctionnements insatisfaisants en fonctionnements satisfaisants, la récupération du pouvoir sur sa vie par la prise en charge de ses propres besoins, le développement de la créativité ainsi que le cheminement vers l'autonomie et la liberté.

Comment ça marche

La relation d'aide se caractérise par son intervention axée sur la qualité relationnelle du déroulement thérapeutique immédiat. Et ce, par :

L'écoute et l'accueil du client

non pas en tant que technique de conduite stratégique des relations, mais comme une façon d'être empathique. Cette écoute favorise la possibilité d'une guérison de l'âme humaine et d'une meilleure réalisation de soi.

L'observation et la reformulation du fonctionnement psychique du client

en des termes précis et objectifs sans interpréter, conseiller, prendre en charge ou ménager mais avec sensibilité.

L'ici et maintenant de la relation.

C'est la relation, un partage intense entre l'aidant et le client, qui permet à l'individualité d'émerger et qui engendre l'acceptation de soi nécessaire pour découvrir ou retrouver le potentiel créateur.

Carl Rogers sur l'approche

Si je peux créer une relation thérapeutique caractérisée de ma part par :

- de l'authenticité et de la transparence, dans laquelle je touche à mes émotions réelles ;
- une acceptation chaleureuse et une appréciation de l'autre personne comme individu séparé ;
- une sensibilité à voir le monde et le client tel que lui les voit ;

alors le client, dans la relation :

- pourra vivre et comprendre des aspects de lui-même auparavant réprimés ;
- se verra devenir plus intégré, plus capable de fonctionner effectivement ;
- ressemblera plus à la personne qu'il veut être ;
- sera plus autonome et plus confiant ;
- deviendra une personne plus entière, plus unique et exprimant mieux qui elle est ;
- comprendra et acceptera mieux les autres ;
- pourra faire face aux problèmes de l'existence plus adéquatement et plus confortablement .»