

Vivre ma vie
Association à but non lucratif (loi 1901)
Organisme de formation



Formation professionnalisante à Paris

PROGRAMME

Du symptôme à l'expérience : la place des émotions

Les 29 et 30 octobre 2024 à Paris

2 jours (14 heures)

Session

2024-2026

avec



REV France
Association à but non lucratif (loi 1901)
www.revfrance.org

www.vivremavie.fr

Contexte :

Depuis plus de 10 ans, s'inspirant de l'expérience des pays avant-gardistes de cette approche, au premier rang desquels l'Angleterre et les Pays-Bas, l'association REV aide au développement de groupes d'entendeurs de voix en France. Ces groupes constituent des espaces où les personnes qui entendent des voix et ont, pour la plupart, reçu un diagnostic de schizophrénie, peuvent échanger sur leurs expériences, se les réapproprier, leur trouver du sens et s'entraider à travers la mise en commun de techniques pour faire face aux voix. En un mot : reprendre le pouvoir sur leur vie.

Trouvant leur origine dans les travaux pionniers des années 1970 du psychiatre social Marius Romme et la journaliste scientifique et chercheuse Sandra Escher, les groupes d'entendeurs de voix sont souvent conçus comme un « dispositif » en complément d'une approche psychiatrique traditionnelle centrée sur la prescription de médicaments psychotropes et l'accompagnement de ce « traitement » par des activités de loisirs ou à fin d'insertion professionnelle ainsi que des lieux d'expression généralement sans prétention thérapeutique.

Pourtant, les groupes d'entendeurs de voix et, plus globalement, le mouvement international sur l'entente de voix, ont essaimé un vaste héritage tant en termes de recherche fondamentale que d'expérimentations cliniques et citoyennes. Ces travaux diversifiés, s'ils n'ont jamais, jusqu'à présent, été rassemblés en un corpus organisé, constituent tout de même les fondements d'une approche complète, autonome, radicalement différente de la psychiatrie traditionnelle et visant explicitement à l'émancipation de l'individu, quelles que soient ses expériences, au-delà de l'entente de voix.

Cette formation, organisée par « Vivre ma vie », est l'opportunité de vous familiariser avec les multiples dimensions de l'approche de Romme et Escher et ses prolongements actuels et potentiels vers un renouveau social où la diversité des expériences humaines constituent, plutôt qu'autant de motifs d'exclusion, une richesse sociale restée largement inexploitée. De l'exploration des expériences spécifiques à une personne jusqu'à l'analyse détaillée des modèles de compréhension de ces expériences et leurs conséquences sociales, en passant par l'élaboration de tactiques et stratégies individualisées pour « vivre sa vie », à travers cette formation, vous vous engagez, à nos côtés, dans une aventure destinée à révolutionner vos représentations sur les « troubles psychiques » et développer vos capacités d'action pour favoriser leur accueil en toutes circonstances.

Cette formation s'adresse aux personnes déterminé.e.s à agir au quotidien pour changer la façon dont nous nous relions à nos expériences afin d'en nourrir notre créativité et nos relations sociales, dans une perspective émancipatrice.

Constitution du groupe :

10 stagiaires travaillant dans le champ de la santé mentale ou, plus largement, dans des fonctions d'accueil et/ou d'accompagnement de personnes.

Pré-requis :

Vivre, avoir vécu ou avoir été en relation avec une personne vivant (dans un cadre personnel ou professionnel) des expériences dites « psychotiques » (entente de voix, paranoïa, convictions problématiques...) et avoir le projet d'une activité professionnelle ou bénévole destinée à favoriser l'intégration sociale des personnes vivant de telles expériences. Un entretien individuel avec les formateurs, préalable à l'inscription, permettra de s'assurer de ces pré-requis et déterminer si la formation est adaptée au projet des candidats à la formation.

Modalités pédagogiques :

La formation repose sur des principes de pédagogie active favorisant une forte implication des participants :

- présentation de pratiques cliniques intégrant la diversité des expériences humaines ;
- échanges en grand groupe sur les idées et concepts en santé mentale ;
- travaux en petits groupes autour des expériences des participants ;
- jeux de rôles et simulations ;

Les supports utilisés seront transmis aux stagiaires, ainsi qu'un livret avec une synthèse bibliographique.

Evaluation de la formation :

Il sera demandé aux stagiaires de remplir un questionnaire de satisfaction à l'issue du module.

Formateurs :

Alexia Ridez

De formation initiale commerciale et malgré un travail d'accompagnement engagé auprès de coopératives de producteurs d'Amérique Latine ou d'Afrique, ma quête de relations de partage authentique restant inaboutie, je me suis orientée vers des études de psychologie. Cependant, mon parcours de formation et notamment mes études à l'Université Paris 8 et les stages associés m'ont confrontée à ce qui se présentait comme des évidences mais que je ne partageais pas. C'est seulement au travers de la rencontre avec le Réseau français sur l'entente de voix (REV France), il y a maintenant dix ans, que j'ai pu mettre des mots et expliciter mes perceptions. Mon engagement dans la relation humaine a pris sens dans les témoignages des personnes dont j'ai croisé le chemin dans le REV et dans ma vie par la suite. Autant dans mon investissement bénévole au sein du REV que dans le cadre de mon activité libérale, je donne forme à cette nouvelle voix à travers une multitude de projets et l'organisation d'événements et de rencontres (y compris au sein de la psychiatrie !), notamment le Congrès mondial sur l'entente de voix à Paris en 2016.

Yann Derobert

Après des études vétérinaires et une thèse en neurosciences, Yann Derobert commence à explorer le champ de l'animation et de la formation scientifiques il y a 20 ans, avant de s'engager, par curiosité, dans des études de psychologie. Choqué par ce qu'il découvre en psychiatrie et cherchant des alternatives, il fait en 2009 des rencontres inspirantes au sein du mouvement sur l'entente de voix fondé par Marius Romme et Sandra Escher et revient en France déterminé à y créer le premier groupe d'entendeurs de voix (2010) puis le Réseau français sur l'entente de voix (2011) dont il coordonne les activités de formation et de congrès. Fan d'éducation populaire, il crée son organisme de formation « Vivre ma vie » en 2012 et anime depuis régulièrement des ateliers, groupes et formations sur la santé mentale et la santé dans une perspective d'autonomie et d'émancipation. Il est également praticien certifié Antigymnastique® et passionné de yoga.

Modalités d'inscription :

L'inscription se fait, suite à un entretien téléphonique, par signature d'une convention avant le 25 octobre 2024. La prise de rendez-vous téléphonique peut se faire par mail à accueil@vivremavie.fr

Tarifs (non-soumis à TVA) :

Pour les personnes bénéficiant du financement d'un tiers (employeur, Pôle emploi, Agefiph...), l'inscription se fait au tarif de 900 Euros. En tant qu'organisme de formation certifié « Qualiopi », « Vivre ma vie » accepte les financements sur fonds publics ou mutualisés.

L'inscription avec un financement personnel se fait au tarif de 100 euros pour les personnes sans revenus, 400 euros pour les personnes ayant des revenus.

Handicaps ou difficultés particulières :

Nos formations sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. Contactez-nous pour toute difficulté ou situation de handicap afin que nous puissions étudier ensemble les adaptations nécessaires à votre participation à la formation dans les meilleures conditions.

Contact :

Pour toute information et pour vous inscrire, merci de contacter Alexia ou Yann aux coordonnées ci-dessous :

06 42 72 66 19 / accueil@vivremavie.fr

DESCRIPTION DU MODULE

Module – Du symptôme à l'expérience : la place des émotions (2 jours)

Objectifs :

- associer expériences et émotions
- faire l'expérience d'une autre posture
- noter la similarité des expériences d'un point de vue émotionnel (continuum)
- décrire et concevoir la multiplicité des présentations de soi
- reconnaître les changements de présentation de soi et faciliter ce « mouvement »

Description du déroulement

S'engager dans nos formations « Accueillir toutes les expériences humaines », c'est découvrir comment créer le rétablissement en santé mentale par une approche pragmatique présentée de manière concrète, argumentée, illustrée et expérimentée. Dans ce module ***Du « symptôme » à l'expérience : la place des émotions***, nous mettrons en évidence la différence fondamentale entre l'observation extérieure d'un symptôme et la rencontre à travers le partage d'expérience.

Pour cela, nous aurons une réflexion sur ce qui « fait symptôme » afin de redéfinir, questionner ou laisser de côté ce concept. Puis, un temps sera consacré au partage d'expériences quant aux « situations difficiles » rencontrées au travail. Les participants pourront réfléchir, sous un nouveau prisme, à leurs affects négatifs au regard des expériences exprimées par les personnes qu'ils accompagnent. De nouvelles pistes de compréhension émotionnelle émergeront au regard de ces « situations difficiles ». Nous terminerons la journée avec un moment de recentrage et d'encouragement mutuel.

Lors de la deuxième journée, il s'agit de donner du sens à ce qui semble ne pas en avoir, grâce aux différents témoignages de rétablissement. Nous proposerons un travail sur des vignettes cliniques, afin d'élargir les éclairages à une large palette de situations. Nous terminerons la matinée par un témoignage. L'après-midi, nous mettrons en évidence la différence entre la pensée psychiatrique qui enferme la personne dans des « symptômes » et l'ouverture au partage d'expérience. Des mises en situation au travers de jeux de rôles permettront d'expérimenter les différentes postures. En fin de journée, nous prendrons un temps de retour sur l'expérience vécue lors de ces deux jours.

Module 2 – Du symptôme à l'expérience : la place des émotions (2 jours)

Dates : 28 et 29 octobre 2024

Objectifs :

- associer expériences et émotions
- faire l'expérience d'une autre posture
- noter la similarité des expériences d'un point de vue émotionnel (continuum)
- décrire et concevoir la multiplicité des présentations de soi
- reconnaître les changements de présentation de soi et faciliter ce « mouvement »

Jour 1	Jour 2
9h30 Présentations et attentes 10h00 Le « symptomatique » dans nos vie 11h00 Peurs et adaptation 12h00 Discussion : différence entre adaptation et symptôme	9h30 Retours et attentes 10h00 Vignettes cliniques : percevoir et entendre les émotions derrière les mots, gestes et silences 11h30 Témoignage
Déjeuner 12h30	Déjeuner 12h30
13h30 « Situations difficiles » au travail : partage d'expériences et ressentis en sous-groupes 15h30 Ma relation avec les « <i>symptômes</i> » ou l'expression des difficultés de l'autre : mise en évidence de place des émotions. 16h30 Se recentrer, s'offrir du soutien mutuel	13h30 En quoi la pensée psychiatrique réduit notre vision des expériences des personnes ? 15h00 Mises en situation par des jeux de rôle : expérimenter ce que la prise en compte de l'expérience change dans la relation. 17h00 Bilan du module
Fin 17h30	Fin 17h30