

L'association Pause, avec la formation à l'animation de groupes de paroles à Evry

Porteur de l'action : Association PAUSE

Site internet : <http://www.association-pause.fr/>



Lieu d'écoute et de paroles, de consulta

-
- Année de démarrage du projet
 - [2010](#)
 - Type de structure porteuse
 - [Association](#)
 - Territoire d'intervention du projet
 - [Département](#)
 - Etat du projet
 - [France](#)
 - Région du projet
 - [Ile-de-France](#)
 - Département du projet
 - [91 - Essonne](#)
 - Ville du projet
 - [Evry](#)
 - Thème de l'action (plusieurs choix possibles)
 - [Santé mentale](#)
 - Types d'actions (plusieurs choix possibles)
 - [Formations](#)

 - Durée du projet

-
- Toujours en cours

1 - Ce qui a déclenché la mise en œuvre de ce projet

Les groupes de parole ont été mis en place suite à la demande des usagers du centre de santé d'organiser des groupes de communication. Cette demande a rencontré les constats d'acteurs locaux, et notamment d'associations, qui accueillait des jeunes en difficultés, et de leurs limites en matière de prise en charge des problématiques de cette population. Les groupes de parole mis en place visaient donc à faciliter la parole de tous à travers l'écoute active. Une fois ces groupes de parole mis en place, est apparu le besoin de « reconstituer » les forces vives et donc de former les usagers impliqués dans la vie de l'association à l'animation.

2 - Le projet en quelques lignes

Il s'agit d'une formation à l'animation de groupes de parole à destination des professionnels, salariés de l'association et de bénévoles. Cette formation a duré 3 ans et consistait à la fois en l'apport de savoirs et d'outils d'animation et en l'animation des groupes de parole avec le soutien d'un thérapeute. Autrement dit, les personnes formées sont à des places différentes, parfois en tant que « receveurs d'un savoir », parfois en tant qu' « utilisateurs de ce savoir ».

3 - Les acteurs du projet

Les habitants et les professionnels qui ont pour rôle d'orienter leurs usagers vers les groupes de parole.

4 - Les points forts, les dynamiques positives et les résultats attendus du projet

Les participants déclarent avoir une meilleure image d'eux-mêmes :

Deux professionnels, sur les 9 personnes qui ont répondu à l'évaluation ont évoqué la « déconstruction » de leur propre image de professionnels. Pour l'un, cela a été vécu de façon assez négative : « Une déstabilisation de la confiance en soi, une « déconstruction » ». Ce professionnel avait une image de ce que devait être un professionnel, de ce qu'il devait faire et en participant à cette formation, qui consistait à faire que bénévoles et professionnels animent ensemble des groupes de parole, il s'est trouvé remis en question tant dans sa place que dans ses savoirs et

savoir-faire. L'autre professionnel, lui, l'a vécu comme une prise de conscience pour avancer autrement : « Ça m'a permis de mieux connaître mes dépendances, de les accepter et de faire avec ».

Le projet a permis de prendre confiance en soi, et de mieux reconnaître l'autre dans sa différence :

Pour les participants, la formation leur a permis d'acquérir une meilleure confiance en eux : « cela m'a conforté dans la capacité de l'un et de l'autre de faire avec ses limites et ses compétences », « Plus j'apprenais à avoir confiance en moi et plus je pouvais avoir confiance en l'autre », « Je suis moins angoissée par les événements à venir », « Dans le groupe de parole, je m'aperçois que quand j'anime, les personnes sont aussi attentives et m'écoutent autant que le professionnel », « S'affirmer par rapport à son propre angle de vue », « Je suis plus capable d'exprimer un point de vue personnel sans craindre systématiquement la réaction de l'autre avant de prendre la parole », « Plus de confiance en moi et en l'autre jusqu'à de la sûreté ». La formation a permis dans un premier temps à tous les participants de mieux se connaître mutuellement et ensuite de pouvoir s'accepter, y compris dans ses différences : « Être plus tolérant par rapport aux limites de l'autre et ainsi permettre que l'autre prenne plus de place », « M'adapter au rythme des uns et des autres non professionnels », « Respecter la façon de faire de l'autre tout en soulignant les différences de points de vue », « De n'attendre de chacun que ce que chacun peut apporter ».

Le projet a permis de développer les connaissances des participants, à la fois sur des éléments théoriques et des éléments pratiques.

4 personnes sur les 5 qui ont répondu disent que leur participation à la formation leur a permis d'acquérir de nouvelles connaissances : « Plus que des connaissances théoriques, des expérimentations », « Oui, en tant que réflexions sur la formation à apporter et à partager », « Oui dans les temps de régulation », « De nouveaux outils ».

Le projet a permis aux participants d'acquérir de nouvelles compétences.

Tous les participants ayant répondu à l'évaluation ont déclaré avoir développé de nouvelles compétences : « Forcément puisqu'il ne s'agit pas de reproduire mais de créer des nouvelles alchimies », « Savoir s'ajuster quand on anime avec des personnes qui n'ont pas la même formation que moi au départ », « De nombreuses compétences pour être plus performante dans l'écoute et l'animation », « La

capacité à mieux analyser, comprendre ce qui m'est dit, ce qui est dit, une meilleure écoute », « Donner des repères au groupe », « En savoir plus sur les groupes de parole en général, et les groupes de parole à Pause en particulier », « Plus calme, plus sereine dans l'animation des groupes de parole », « L'écoute et l'animation », « Me mettre en retrait ».

Le projet a permis aux participants de développer leurs capacités à s'affirmer.

6 personnes sur les 8 qui ont répondu disent avoir développé leurs capacités à s'affirmer : « Parce que j'ai plus de compétences dans l'écoute et l'analyse », « Je suis plus capable d'exprimer un point de vue personnel sans craindre systématiquement la réaction de l'autre avant de prendre la parole », « Progression dans la capacité de dialoguer avec des professionnels », « Façon de présenter les objections, les commentaires sans stigmatiser ».

Le projet a permis de modifier la représentation que les participants ont de la relation animateur-professionnel et de faire évoluer la relation bénévole / professionnel vers une plus grande complémentarité :

5 personnes sur 7 déclarent que leur participation à la formation leur a permis de modifier leurs représentations des relations animateurs-professionnels : « Être plus tolérant par rapport aux limites de l'autre et ainsi permettre que l'autre prenne plus de place », « J'ai été frappé combien nous étions conditionnés à défendre nos places plutôt qu'à les ouvrir », « Je vois moins les professionnels comme ceux qui savent tout et moi rien », « Le travail en collaboration devient envisageable ». 7 personnes sur les 9 déclarent que la relation professionnel-bénévole a évolué au cours et suite à la formation : « Relations excellentes parce que respect et confiance », « Les professionnels me disent que ce que je dis est pertinent et les aide dans le groupe », « Moins de distance entre professionnel et moi », « On avançait ensemble par essai-erreur », « Dans un cadre bien défini, la collaboration pro/bénévole formé devient possible avec des réserves ». Toutefois, 2 autres personnes estiment que cette relation n'a pas évolué : « Le fait que le professionnel soit le responsable a eu un impact sur la place du « non professionnel » qui selon moi a été affaiblie », « Ça a accentué la distance entre professionnel et animateur. Une attitude chaleureuse fictive », « J'ai toujours la perception d'un autre monde ».

Les participants ont pu développer leurs capacités à s'autogérer au sein du binôme, pendant la formation.

La moitié des participants estime avoir développé l'autogestion collective au sein de leur binôme d'animateurs : « Une autonomie d'équipe. Au bout d'un moment nous décidions nous-mêmes qui était dans quelle position », « L'investissement de chacun pour que ça fonctionne », « L'importance de travailler en équipe », « Excellente parce qu'il y avait un investissement de chacun », « Être ensemble alors que je pense avoir plusieurs casquettes et l'autre aussi, tout en étant co-responsable d'une mission », « Oui sur les relations complexes entre formateurs-formés-animateurs-stagiaires-professionnels (les différentes casquettes) »

5 - Freins, leviers et surprises...

6 - La démarche communautaire

- **Le projet s'inscrit dans une approche globale et positive de la santé :** Le projet de l'association Pause porte lui-même sur la santé au sens global. La formation à l'animation des groupes de parole a adopté la même perspective : « on s'intéresse essentiellement à la tête. On n'est pas sur le soin au corps, sauf que par ricochet si la tête va mieux, le corps va mieux ». Même si tous les participants à la formation (bénévoles et professionnels) étaient d'accord sur cette idée, l'expérimentation de l'animation de groupes de parole a permis de le conscientiser. Cela a également permis de voir concrètement comment dans les processus de chaque participant du groupe de parole les problèmes retentissent sur la santé. Ensuite, l'essence même du projet associatif de Pause et l'objectif des groupes de parole sont de permettre aux gens de se sentir mieux et de prendre leur vie en main dans la société. L'approche positive était donc inhérente au projet de formation.
- **Le projet agit sur des déterminants de la santé :** Qu'il s'agisse du groupes de parole sur le deuil, sur les traumatismes ou encore sur « faire des choix », tous permettent d'aborder les déterminants de la santé tels que le logement, l'éducation, l'emploi... Par exemple, dans le groupe deuil, le problème du logement se pose systématiquement : « Qu'est-ce que je fais de la maison dans laquelle je vivais avec la personne qui est partie ? Est-ce que c'est difficile de s'en séparer ou est-ce que je veux fuir ? Où habiter maintenant ? Il n'y a pas de solution unique mais la question se pose systématiquement » . Ensuite, c'est à travers les échanges d'expériences que des personnes expriment les difficultés qu'elles ont rencontrées, les solutions qu'elles ont alors trouvées, les décisions qu'elles ont pu prendre... que la personne en difficulté peut se positionner et faire des choix : « Les animateurs des groupes de parole sont là pour que le problème puisse être exprimé. Chaque personne fait ensuite ses choix ». Autrement dit, ces déterminants de la santé sont abordés dans tous les groupes de parole, même s'il ne s'agit pas d'une action qui vise cela directement.

- **Le projet concerne bien une communauté :** Une communauté s'est construite au fil de la formation, même si elle n'était pas toujours consensuelle : « Ce projet a permis de faire émerger une envie partagée entre tous les participants qui était le désir commun d'être dans une démarche communautaire ». Après cette formation, la communauté s'est élargie à des personnes qui n'étaient pas directement dans la formation mais qui avaient aussi envie de développer des choses dans une démarche communautaire. À l'inverse, d'autres personnes ont quitté la communauté.
- **Le projet implique tous les acteurs, dans la co-construction :** Le principe de la formation était que l'ensemble de la démarche soit co-construite : « Au fil de la formation, les uns et les autres construisaient la formation ; faisaient des propositions, des demandes, définissaient ensemble comment faire la suite. Toute la formation pendant 3 ans a été construite avec les participants (formateurs et formés) ». Ce principe de co-construction s'est ensuite concrétisé par la rédaction d'un document rédigé par les personnes formées, qui avait pour objectif de servir de socle à des formations futures.
- **Le projet favorise le partage des savoirs et des pouvoirs :** Le partage de pouvoir et de savoirs a été effectif même si cela a été difficile. « Les professionnels se sont rendus compte qu'en formant des usagers, ils perdaient une partie de leur pouvoir et que ce n'est pas simple. Le partage des pouvoirs a bougé mais on n'y est pas complètement arrivé ». Néanmoins, l'effet le plus important est que les professionnels ont repéré que les habitants avaient des savoirs et que ces savoirs pouvaient aussi être utiles dans l'animation des groupes et que donc, ça pouvait être intéressant de partager le pouvoir dans l'animation des groupes. Autrement dit, les professionnels ont réussi à prendre conscience de cela, mais ont eu du mal à le mettre en œuvre de façon concrète. « Mais cette formation a été un point de départ » puisque les groupes de paroles sont maintenant tous co-animés par un thérapeute et un usager.
- **Le projet vise à valoriser et mutualiser les ressources d'une communauté :** Au lancement de la formation, il y a eu une identification et une stimulation des ressources des personnes. L'idée même de la formation est partie de l'envie de deux ou trois bénévoles de se former. Les professionnels ont alors recensé les envies et intérêts à être formés auprès de personnes « que l'on sentait suffisamment solides pour participer à cette formation et animer ensuite des groupes ».
- **L'évaluation a été partagée et continue tout au long du projet :** L'évaluation de la formation à l'animation des groupes de parole a été partagée, évolutive et permanente (en partie). En effet, après chaque module de formation, un bilan était fait avec l'ensemble des participants pour analyser l'intérêt du contenu, la façon de le transmettre et exprimer son vécu individuel. Cela permettait aussi d'élaborer le module suivant. Même si rien n'était formalisé. C'est en ce sens que la formation était partagée, évolutive et permanente en partie. En partie parce que l'évaluation de la démarche

globale, elle, ne s'est véritablement faite qu'à la fin de la formation : « Mais je pense que si une nouvelle session de formation a lieu, là on parlera d'évaluation depuis le début ».