

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

Formation professionnalisante à Paris

PROGRAMME

**« Accueillir toutes les expériences humaines :
de la psychiatisation à l'émancipation »**

Session
2024-2026

avec

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

www.vivremavie.fr

SOMMAIRE DU PROGRAMME DE FORMATION

Contexte	3
Constitution du groupe	4
Pré-requis	4
Objectifs de la formation	5
Modalités pédagogiques	6
Modalités d'évaluation	6
Formateurs	7
Intervenants ponctuels	8
Modalités d'inscription	11
Tarif	11
Handicap ou situations particulières	11
Contact	11
Déroulement	11
Description du déroulement	12
Synthèse du déroulement	19
Calendrier	30

Vivre ma vie

**« Accueillir toutes les expériences humaines :
de la psychiatisation à l'émancipation »**

Formation professionnalisante à Marseille

du 16 septembre 2024 au 16 décembre 2026

30 jours (225 heures)

Programme

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. A l'issue de la formation, vous serez en capacité de : intégrer l'approche de Romme et Escher à votre pratique ou d'en faire votre pratique ; la présenter et en expliquer les fondements théoriques et pratiques de manière adaptée à tout public (du grand public aux professionnels de la psychiatrie, en passant par les personnes concernées, proches et allié.e.s) ; concevoir et animer des actions de formation à cette approche, adaptées aux objectifs de vos clients.

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.

Objectifs de la formation :

1 – connaissance

- identifier les expériences humaines décrites dans le champ de la santé mentale
- relier les traumatismes aux expériences humaines et à leur expression
- nommer et décrire les outils spécifiques développés dans le cadre du rétablissement
- définir et lister des modèles de compréhension des troubles psychiques

2 – compréhension

- reconnaître la différence entre considérer les symptômes et accueillir l'expérience humaine dans la pratique
- identifier l'intérêt des outils proposés selon les situations
- décrire les modèles de compréhension des troubles psychiques et leurs implications
- exprimer l'utilité de prendre en compte le traumatisme

3 – application

- pratiquer au quotidien en accueillant l'expression des expériences humaines
- appliquer le partage d'expérience dans la plupart de ses interactions
- démontrer l'intérêt du rétablissement sur son lieu de pratique
- utiliser la boîte à outil comme force de proposition

4 – analyse

- critiquer ses représentations des expériences humaines
- comparer les effets d'une approche orientée rétablissement par rapport aux approches observées en institution orientées symptôme
- expérimenter les évolutions de représentation suite à des partages d'expérience
- discriminer les propositions qui ont un sens pour la personne de celles qui rassurent

5 – synthèse

- développer et mettre en œuvre des projets de rétablissement
- concevoir sa pratique du rétablissement dans le cadre de son projet professionnel
- développer un discours sur le rétablissement adapté à ses interlocuteurs
- organiser des espaces spécifiques de partage d'expérience

6 – évaluation

- estimer les impacts des projets développés et les évaluer
- prédire les effets des pratiques en fonction du modèle de compréhension des troubles psychiques
- rattacher ce dont témoignent les personnes 'accompagnées' aux propositions de rétablissement qui leur ont été faites

Modalités pédagogiques : (pour le déroulement, rendez-vous page 8 et suivantes)

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

- présentation de résultats de travaux de recherche et 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 ;
- travail de projet (conception, élaboration, mise en œuvre, retour d'expérience, évaluation et perspectives).

Des diaporamas synthétiques (utilisés comme support de formation) seront transmis aux stagiaires au fur et à mesure, ainsi qu'un livret avec une synthèse bibliographique.

Modalités d'évaluation :

L'évaluation de l'atteinte des objectifs de la formation par les stagiaires se fera à travers :

- la réalisation des projets (Module 11, cf. infra) ;
- la passation d'un examen (questionnaire) en fin de formation.

La validation, par un jury, de l'atteinte des objectifs donnera lieu à l'émission d'une attestation formation.

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.

Intervenants ponctuels :

Kara et Epsi (module 1)

La multiplicité, ce sont plusieurs personnes qui vivent co-consciemment dans un seul corps. Multiple est un terme préféré à ceux de « personnalités multiples » ou de « trouble dissociatif de l'identité » qui recouvrent souvent ce type d'expérience. Kara et Epsi ont créé le blog « Partielles » pour y parler de multiplicité et la faire mieux connaître.

Murielle Hénon (module 2)

Entendeuse de voix et vice-présidente de l'association REV France, Murielle facilite plusieurs groupes dans le Nord de la France et suit actuellement une formation de pair aidante. Elle a déjà partagé son témoignage de parcours de rétablissement dans des congrès et des formations.

Kate Crawford (module 3)

Psychologue clinicienne, Eleanor travaille au sein de l'Unité de recherche sur la psychose en Angleterre, où elle est responsable du groupe de référence des usagers. Tout au long de sa carrière, elle s'est appuyée sur sa propre expérience de rétablissement de la psychose pour promouvoir des approches des problèmes de santé mentale complexes plus créatives et centrées sur la personne.

Karen Taylor (module 4)

Karen a travaillé 16 ans comme cadre de santé au sein du service public de santé anglais auprès d'adultes et de personnes âgées. Depuis 20 ans, avec son mari Ron Coleman, elle promeut l'approche des entendeurs de voix dans de nombreux pays (Italie, Australia, Nouvelle-Zélande, France, Hong Kong, USA, Canada, Palestine, Danemark, Royaume-Uni...). Karen et Ron défendent avec passion une perspective de rétablissement ouverte à tous, y compris les professionnels. Depuis quelques années, elle développe une activité de compagnonnage spirituel.

Peter Bullimore (module 5)

Peter est un entendeur de voix ayant passé 10 ans de sa vie comme patient psychiatrique à traverser de nombreuses crises de paranoïa sévère. A travers l'apprentissage d'approches holistiques et avec le soutien du Réseau anglais sur l'entente de voix, il a réussi à sortir du système en reprenant le pouvoir sur sa vie. Il facilite un groupe d'auto-support sur l'entente de voix et la paranoïa à Sheffield. Il dirige également son propre organisme de formation et de conseil, Asylum

Associates. Il est à l'origine de la création du Réseau paranoïa anglais. Il anime des formations sur l'entente de voix et la paranoïa internationalement. Il enseigne et est impliqué dans des projets de recherche au sein de l'Université de Manchester.

Caroline Mazel-Carlton (module 6)

Caroline Mazel-Carlton est une survivante de tentatives de suicide. Après être passée par des endroits tels qu'une cellule de prison dans l'Indiana et une unité psychiatrique au Texas, depuis qu'elle s'est sortie, en 2009, d'un foyer d'accueil médicalisé, elle travaille sans relâche à changer le système de santé mentale. Actuellement directrice de la formation pour la Communauté d'apprentissage du rétablissement de l'Ouest du Massachusetts (Western Mass RLC), elle contribue à développer l'approche « Alternatives au suicide » dans de multiples régions du monde. Elle a publié de nombreux articles sur le thème du suicide et écrit un livre sur son expérience du roller derby, en tant que joueuse n°18, mieux connue sous le pseudo de « Cocktail Mazel Tov ».

Dirk Corstens (module 7)

Dirk travaille comme psychiatre social et psychothérapeute aux Pays-Bas. Il a longtemps présidé Intervoice, l'association à but non lucratif représentant le mouvement international sur l'entente de voix. Il a beaucoup contribué à développer le dialogue avec les voix et a collaboré avec Marius Romme et Sandra Escher au projet de recherche sur l'entente de voix à l'Université de Maastricht depuis 1992.

PJ Moynihan (module 8)

PJ crée sa société de production, Digital Eyes Film, en 2003, sur un modèle original horizontal de réalisation orientée vers l'action sociale. Il a notamment réalisé le documentaire « Des voix qui guérissent », présenté en 2016, à Paris, lors du Congrès mondial sur l'entente de voix organisé par le REV France.

Peter Kinderman (module 9) (sous réserve)

Peter est professeur de psychologie clinique à l'Université de Liverpool en Angleterre. Il est l'auteur de plusieurs ouvrages sur la nécessaire réforme des soins en santé mentale, dont, en 2019, un « Manifeste pour la santé mentale : Pourquoi nous avons besoin d'une révolution dans les soins psychiatriques » (ouvrage non traduit en français).

Joanna Moncrieff (module 10)

« Psychiatre en exercice, je suis également auteure et chercheuse à temps partiel. Je m'intéresse à l'histoire, la philosophie et aux politiques de la psychiatrie et, en particulier, à l'usage et aux représentations déformées des médicaments psychiatriques. Je suis membre fondatrice et coprésidente du Réseau de Psychiatrie Critique anglais (Critical Psychiatry Network). »

Modalités d'inscription :

L'inscription se fait en trois étapes :

- candidature par mail avant le 1^{er} août 2024 ;
- entretien et cadrage du besoin entre le 16 août et le 1er septembre 2024 ;
- confirmation par retour de la convention signée et d'un acompte de 1500 Euros avant le 15 septembre 2024.

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 8000 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 5500 Euros.

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

Déroulement : (pour les dates, voir le calendrier pages 34-35)

La première année de formation comporte trois grandes parties : « **La rencontre** » (première partie, modules 1 à 5) ; « **Contextes** » (deuxième partie, modules 6 à 8) ; « **Outils et pensée critique** » (troisième partie, modules 9 à 11). Ci-dessous, vous trouverez le détail de chacun des modules. N.B. : le module 11 « Projets » est transversal et réparti sur l'ensemble des modules. A travers ce module, les stagiaires sont invités à élaborer et s'impliquer dans des projets tout au long de la formation.

Description du déroulement (pour une présentation synthétique, voir p. 16)

S'engager dans notre formation « 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 (en session et à travers des projets réalisés entre les sessions). A cette fin, après un temps d'accueil, de présentations et de recueil des attentes, le **premier module – sur le thème du partage d'expériences et ses conditions** – s'ouvre par une définition de règles, par le groupe, favorisant le partage d'expériences. C'est-à-dire de règles qui ne sont pas destinées à contenir l'expression mais à la faciliter. Puis nous vivrons directement un premier partage d'expériences avant, dans un deuxième temps, d'en analyser les conditions. Une discussion sera alors engagée sur trois niveaux de communications qui permettent de discerner ce qui se joue dans un échange verbal et comment cela permet de distinguer différents types de groupes, la façon dont les participants les vivent et les effets qui peuvent en être attendus. Afin d'aller plus loin, les participants pourront partager une expérience personnelle, soit oralement, soit au travers de vignettes écrites. La lecture des vignettes anonymes et la réaction des uns et des autres permet de vivre l'engagement du partage et de ressentir les enjeux et les attentes des réactions des « réceptionnaires ». Nous terminons cette première journée avec la mise en place des « présentations personnelles » : des temps dédiés lors de chaque session pour la présentation des stagiaires d'une manière qui soit vraiment personnelle, la capacité à parler de soi étant une condition fondamentale au partage d'expériences dans la pratique. Le deuxième jour, nous aborderons une réflexion autour de la différence entre expérience et expertise. Des mises en situation permettront de ressentir ce que produit chaque posture. Le questionnement autour de l'expérience et de l'expertise sera abordé dans un second temps autour de la question du diagnostic : une mise en situation amènera les participants à s'interroger sur leur rapport au diagnostic médical en tant que patient. Puis Alexia partagera son propre témoignage de rétablissement. Il pourra être engagé une discussion autour des implications d'un témoignage personnel. Un échantillon de la diversité des expériences humaines sera présenté avant l'intervention, par visioconférence, de *The Redwoods*, plusieurs personnes partageant un même corps (en anglais, avec traduction). Le troisième et dernier jour de ce premier module, nous aborderons une série d'outils (l'entretien, les stratégies de coping, faire exception, binôme) destinés à faciliter la mise en œuvre, par les stagiaires, du projet de mise en place d'un espace de partage d'expériences.

Puis nous nous engagerons dans une série de quatre modules sur les « enseignements du témoignage ». Pour le **deuxième module – sur le thème de l’émotion**, la première journée s’ouvrira avec le témoignage de rétablissement de Yann. Puis, nous aborderons la notion de « symptôme » en tant que ce qui est observé de l’extérieur. Pour cela, chacun sera amené à partager en groupe ce qui « fait symptôme ». Cette question abordée en plusieurs temps, pourrait redéfinir, questionner ou laisser de côté ce concept. Puis, un temps sera consacré au partage d’expériences quant aux « situations difficiles ». Les participants pourront réfléchir, sous un nouveau prisme, à leurs affects négatifs au regard des expériences exprimées par les personnes qu’ils accompagnent. Nous terminerons la journée avec un moment de recentrage et d’encouragement mutuel. La deuxième journée, nous proposerons des pistes de compréhension émotionnelle des « situations difficiles » rencontrées la veille. Il s’agit de donner du sens à ce qui semble ne pas en avoir, grâce aux différents témoignages de rétablissement. Puis le témoignage de Murielle (en visio) viendra encore davantage mettre en lumière la dimension émotionnelle des expériences, et l’enjeu à percevoir leur existence. Sur la dernière demi-journée, nous proposerons un travail sur des vignettes cliniques, afin d’élargir les éclairages à une large palette de situations. Pour finir, nous inviterons les stagiaires à approfondir le sens émotionnel de toute expérience, et d’aborder la question des implications à changer un fonctionnement qui vise à nous protéger.

Le **troisième module – sur le thème des réalités**, commencera avec un témoignage pour mettre en lumière la place prise par le traumatisme dans le vécu d’une personne. Un travail sur des vignettes cliniques viendra prolonger la question autour de la construction en tant que personne lorsqu’on est confronté à des abus sexuels, des maltraitements, de la négligence et/ou du harcèlement. Des données de recherches seront présentées afin d’étayer l’importance de la prise en compte de cette réalité de la prévalence des abus sexuels. Nous reviendrons sur les conditions du partage d’expérience (module 1), cette fois-ci dans le cas spécifique de l’abus sexuels. L’intervention d’Eleanor Longden (en visio, en anglais avec traduction) nous aidera à mettre en lumière comment le vécu de l’abus peut se répéter sur le chemin d’une personne, et combien il est difficile d’être pris en considération. Puis nous reprendrons le travail sur des vignettes cliniques, afin d’affiner la compréhension des émotions et de la construction d’une personne qui a vécu des traumatismes dans l’enfance. Une réflexion sera menée autour du rapport d’une société aux abus sexuels et aux comportements des individus face à ce sujet. Que protège le tabou ? Quel est son impact ? Nous évoquerons également les situations multiples, lorsque des événements de vie « connus » cachent d’autres événements

ayant un impact actuel majeur pour la personne mais qui ne sont jamais abordés. Ce travail nous mènera à la question de l'accueil du partage d'expérience autour de l'abus et des violences. Nous poursuivrons la réflexion sur la posture et les outils. Ce n'est pas parce qu'on ne sait pas, qu'on ne voit pas, ou que ça paraît peu probable voire impossible, que cela n'existe pas. Comment contribuer-t-on, de manière pratico-pratique à la possibilité de cette mise à jour ? Enfin, nous aborderons la dimension des troubles de la pensée en lien avec les modes de communication.

Le **quatrième module – sur le thème du sens**, aborde une clé majeure de rétablissement dans les troubles dits « psychotiques », à savoir la distinction entre les expériences elles-mêmes (par exemple, « entendre des voix ») et sa relation à ses expériences (par exemple, « des voix qui me dominent »). Pour l'aborder, nous poursuivrons notre approche directe, avec une simulation d'entente de voix, ceci afin de favoriser les échanges entre participants qui auraient déjà eu ce type d'expériences et les autres qui ne les auraient jamais eues. Un échange en groupe permettra de préciser les spécificités et la diversité des expériences. Puis nous présenterons des travaux de recherche sur les voix et la relation aux voix. Ensuite, nous entrerons dans le vif de l'approche de Romme et Escher avec l'exploration de l'histoire des voix en rapport avec l'histoire de vie de la personne et la présentation des outils disponibles pour la mener. Un temps de discussion sur la notion de « vrai » précèdera l'intervention de Karen Taylor (en visio, en anglais avec traduction) sur son travail pionnier aux côtés de Ron Coleman dans la transformation du rapport aux voix pour de nombreux entendeurs partout dans le monde. Le deuxième jour du module, nous approfondirons l'élaboration du Construct, le récit de vie permettant d'engager la reprise de pouvoir et l'émancipation à la fois des voix et à la fois des systèmes sociaux qui oeuvrent à dire ce qui est pour la personne (à sa place). Nous détaillerons les conditions de l'exploration d'expériences afin que les stagiaires se sentent à l'aise pour expérimenter dans leur pratique, en prenant le temps, notamment, d'argumenter l'utilité des stratégies de coping, techniques pour faire face aux voix et autres difficultés dans sa vie, et d'ouvrir grand les perspectives de leur utilisation à travers la mobilisation de sa créativité. Nous récapitulerons les éléments centraux de l'évolution dans la relation à ses expériences et intégrerons les dimensions sociales de cette évolution (se relier plutôt que se retrouver isolé, aider pas seulement être aidé, trouver sa place dans le monde, pas subir celle qui nous est assignée).

Dans le **cinquième module – sur le thème, à nouveau, du sens**, nous nous intéressons à la question de notre relation aux expériences de l'autre (dans le module 4, il était question de la relation à ses propres expériences). Nous débuterons par un exercice dans lequel il s'agit d'explorer nos voix intérieures en tant que personne et en tant que professionnel. Ce travail d'introduction aidera le groupe de participants à sonder plus profondément les interférences de ses émotions dans le partage d'expérience, et plus spécifiquement le sentiment d'impuissance qu'il peut ressentir en tant qu'accompagnant. Puis, nous aborderons la question des impacts sur la personne du sentiment de responsabilité, du sentiment d'urgence et des injonctions conséquentes de l'accompagnant. Des mises en situation permettront de ressentir la différence entre le concept d'accueillir et d'intervenir. Nous continuerons par un travail en petit groupe sur le piège de la déduction ou des évidences dans des situations d'accompagnement à l'exploration des émotions. Puis, nous interrogerons notre implication personnelle et relationnelle. Une discussion nous permettra de partager et témoigner autour de « pourquoi je fais ce métier ? ». Nous réfléchirons aussi à nos limites, leurs impacts et la gestion de nos limites au niveau relationnel. Toute la deuxième journée sera consacrée à l'abord de l'expérience de la paranoïa. Pour cela, nous commencerons par faire ce qui ne se fait jamais : mettre en commun nos « croyances ». Puis nous présenterons des données de recherches sur les croyances et convictions en population générale afin de dépasser nombre d'idées reçues. Nous verrons également en quoi un contexte appauvri en interactions de qualité contribue à favoriser les idées de persécution (« Quand rien de s'adresse à mon intelligence... »). L'après-midi, nous présenterons et utiliserons des outils, tels le questionnaire de Maastricht adapté aux convictions problématiques, dans un travail d'exploration et de donner du sens à la paranoïa, par une définition en commun du « problème ». La journée se conclura par l'intervention de Peter Bullimore, fondateur du réseau paranoïa au Royaume-Uni (en visio, en anglais avec traduction). La troisième journée portera sur l'approche pragmatique des expériences partagées. En introduction, les participants seront invités à revenir sur ce qui fait « symptôme » chez eux au regard de leurs proches et sur leur approche de ce « symptôme ». La deuxième partie de la matinée abordera, au travers des témoignages déjà partagés, la question du possible ou, en d'autres termes, s'agit-il de « se débarrasser ou faire avec » ? Nous poursuivrons par des mises en pratiques, au travers de l'expérimentation en petit groupe de cette approche pragmatique de l'expérience. Enfin, nous finirons le module en élargissant notre réflexion aux perspectives sociales d'un tel changement dans la relation aux expériences dites « psychotiques », inhabituelles ou problématiques. Ensemble, nous verrons comment argumenter en

faveur de ce changement, dans le respect des peurs de l'autre. Nous ferons également un point sur l'avancement des projets en cours.

Avec le **sixième module – sur le thème « Se constituer un réseau de soutien »**, nous entamons une série de trois modules sur les contextes, où la dimension sociale est centrale, toujours avec un éclairage pragmatique. Ainsi, nous verrons comment changer son rapport à son environnement relationnel afin de décaler son point de vue, changer son humeur, demander de l'aide, demander de l'attention et même demander de l'affection. Nous aborderons également une méthodologie de cartographie relationnelle comme outil pour engager une telle évolution : de « subir » un contexte à en faire usage afin d'avancer dans ses projets et vivre sa vie. Au milieu du module, nous aurons l'intervention de Caroline White (en visio, en anglais avec traduction) sur son expérience personnelle de reprise en main de sa vie et du développement d'une communauté d'apprentissage du rétablissement.

Dans le **septième module – sur le thème « Utiliser et être utilisé.e »**, nous approfondirons encore plus cette dimension de l'utilité, à travers tout ce qu'elle peut comporter de pratique... mais aussi, parfois, d'inconfortable et en quoi elle bouleverse les pratiques d'accompagnement. Nous nous plongerons directement dans les notions d'amour et d'amitié, leur place dans nos relations de professionnels aux personnes dites « accompagnées », mais aussi leur place dans le processus de rétablissement et la vie en général. Nous reviendrons sur la notion d'abus en l'éclairant, cette fois, sous le jour de la relation de pouvoir et sa distinction d'avec la relation d'utilité, entre lesquelles les confusions abondent. Dirk Corstens interviendra pour partager sa perspective de psychiatre social sur le sujet (en visio, en anglais avec traduction). Le deuxième jour, nous poursuivrons notre exploration des types de relations en considérant ce que cela met en jeu pour nous, personnellement, notamment dans notre rapport à la confiance et/ou notre volonté de contrôle (au-delà de ce que nous avons déjà abordé dans le module 2 sur les aspects émotionnels et notre tendance, parfois, à nous en protéger). Nous nous interrogerons aussi sur le courage personnel éventuellement requis pour agir en conscience plutôt que se conformer aux modalités habituelles de travail. En particulier, nous envisagerons l'effet d'agir avec courage quand nous faisons une proposition à une personne accompagnée, proposition qui requiert d'elle du courage. Les stagiaires s'engageront dans la définition d'un projet afin de vivre cette expérience de la proposition qui est une autre clé fondamentale dans la création du rétablissement et qui revient souvent dans nos échanges avec les

équipes : « comment proposer ? ». Les stagiaires travailleront ensuite en sous-groupes sur un projet de présentation du processus de rétablissement conforme à leurs valeurs. Enfin, ils seront invités à faire l'expérience, dans leur pratique, d'être vraiment utile en « en faisant moins ».

Dans le **huitième module – La reprise de pouvoir**, nous engageons sans le coeur du processus de rétablissement, à savoir la réappropriation, la reprise en main de sa vie (émancipation). Là où les traumatismes et abus ont créé une situation d'impuissance que les « prises en charge » traditionnelles ne font souvent que renforcer, nous regardons, sans fard, les modalités pratiques de l'exercice du pouvoir dans les institutions de soins et les chemins qu'il est possible d'emprunter pour « s'en sortir ». La parabole de la biche et du marteau nous permettra d'illustrer ce point de manière sensible afin que chacun.e puisse reconnaître en pratique ce dont il est question. Puis nous proposerons directement un travail de projet afin de mettre au jour les interrogations qui surgissent quand on envisage la mise en œuvre d'un processus d'émancipation, en co-création avec une personne accompagnée. Nous analyserons ces interrogations en termes de « contraintes structurelles » afin de mieux les prendre en compte, c'est-à-dire ni les ignorer, ni les incarner, mais de jouer avec. Une intervention de JP Moynihan (en visio, en anglais avec traduction) viendra ponctuer nos échanges en illustrant plusieurs déclinaisons de ce processus dans différents champs de la santé. Dans le prolongement de la prise en compte des contraintes structurelles, nous envisagerons comment le pouvoir du processus lui-même peut être un outil plutôt qu'un frein. Ce changement de perspective aboutira à l'élaboration d'un projet mettant en jeu les représentations d'un système ou d'un établissement afin que les stagiaires fassent l'expérience concrète du pouvoir du processus et soient en capacité de l'utiliser à l'avenir dans leur pratique. Nous terminerons le module en aidant les stagiaires à alimenter leur boîte à outils de principes simples pour guider leur action et à anticiper les réactions de leur environnement à l'évolution de leur pratique en s'interrogeant sur « Qu'est-ce qui bouge quand je bouge ? ».

Après avoir envisagé la relation de la personne à ses expériences, notre relation aux expériences de l'autre, la dimension contextuelle des expériences puis la question de l'exercice du pouvoir dans ce contexte, avec le **neuvième module – sur le thème « Quand la folie s'explique : modèles et conséquences »**, nous envisageons une forme socialement validée et moralement acceptée (non abusive) d'exercice du pouvoir, à savoir la théorisation des expériences et ses conséquences pratiques. Au-delà de considérer plusieurs modèles de compréhension des expériences humaines,

nous nous intéresserons ici à la façon dont ils influencent nos pratiques. Et plus particulièrement, comme nous en venons à croire ce que nous croyons et à agir en fonction de ces croyances. Mais aussi, parfois, à élaborer des croyances pour pouvoir « vivre avec » ce qu'on nous demande de faire. Afin que les stagiaires soient en capacité d'argumenter l'évolution de leur pratique, nous aborderons plus particulièrement en détails les études scientifiques qui fondent le mouvement sur l'entente de voix. Les stagiaires s'engageront ainsi dans le projet, à proprement parler, de changement de leur pratique, en utilisant leurs connaissances acquises dans la formation (et ailleurs). Nous aborderons comment cette évolution de pratique peut (et devrait) concrètement répondre à un besoin de « sortie des contradictions » du modèle psychiatrique traditionnel (qui produit de l'impuissance dans des situations d'impuissance problématique). Nous poursuivrons le travail sur le projet de mise en jeu des représentations d'un système / établissement engagé précédemment. Enfin, nous envisagerons ensemble, dans un prolongement de la séquence du module 5 sur les perspectives sociales d'un accueil des expériences humaines, comment le décliner en pratique, dans des situations concrètes. Le module se terminera par l'intervention de Peter Kinderman (en visio, en anglais avec traduction) qui a publié plusieurs ouvrages sur la nécessaire réforme des soins psychiatriques.

A travers le **dixième module – sur le thème des médicaments psychiatriques**, nous nous attaquerons à la question de leur place centrale dans les prises en charge traditionnelle, en commençant par nous intéresser à ce que nous en savons exactement. Loin des points de vue à l'emporte-pièce, nous aborderons le sujet à travers plusieurs éclairages scientifiques (historique, sociologique, pharmacologique) et des modalités pédagogiques complémentaires (travaux de recherche, jeu-débat, analyse critique et discussion). Joanna Moncrieff interviendra sur le sujet de « Comment parler des médicaments psychiatriques avec un prescripteur? » (en visio, en anglais avec traduction). Nous aborderons aussi des cas pratiques amenés par les stagiaires pour engager l'échange sur l'équilibre bénéfices/risques et voir comment mieux prendre en compte cet aspect dans la pratique. Enfin, nous aurons une séquence centrée sur la question du sevrage médicamenteux. La dernière demi-journée sera consacrée au bilan de la formation avec un point détaillé sur les projets et les perspectives au-delà de la fin de formation.

Un onzième module consiste en la réalisation d'une série de projets qui sont décrits en cours de formation.

La deuxième année de formation consiste en un accompagnement à la mise en pratique des apprentissages de la première année à travers **dix séances mensuelles d'1h30 de supervision collective**, en visioconférence. Les thèmes abordés lors de ces séances sont ceux transmis par les participant.e.s en amont de chaque session.

Cette mise en pratique sera enrichie par **3 modules supplémentaires** qui reprennent et amplifient certaines dimensions transversales des enseignements de la première année, à savoir : « **vivre sa vie sans médicaments psychiatriques** » (**module 12**) ; « **le groupe moteur de changement** » (**module 13**) et enfin « **quel sens donner aux traumatismes ?** » (**module 14**).

En transversal, l'accent sera mis sur la pratique de l'exploration de l'expérience. Il s'agira d'ancrer la différence entre trouver des solutions et/ou amener à des analyses plaquées, armé d'un pseudo-savoir psychologique et/ou psychiatrique et accompagner l'autre dans l'exploration de ses vécus en ouvrant à de nouvelles possibilités porteuses de sens.

Une attention particulière sera également portée à la mise en lumière du lien entre expérience passée et expérience présente. Là aussi, une différence cruciale sera amenée entre le recours à une pensée déterministe de l'histoire passée de la personne et le fait de saisir les répercussions constatées des traumatismes passés sur nos expériences présentes.

La dimension relationnelle sera également mise en avant, puisqu'elle est fondamentalement liée aux relations d'emprise qui peuvent découler des abus passés et présents, et que cette prise de conscience est déterminante dans la reprise de pouvoir sur nos vies.

Synthèse du déroulement

PREMIERE ANNEE

Module 1 – Le partage d’expériences et ses conditions (3 jours)

Dates : 25, 26 et 27 septembre 2024

Objectifs : (et liens avec les **objectifs de la formation**, cf. p. 5).

- comprendre la distinction symptômes / expériences et ce qu’elle permet (2)
- découvrir la diversité des expériences humaines (1)
- expérimenter les conditions du partage d’expériences (4)
- utiliser le conditions de partage d’expériences pour sa mise en place (3)

Jour 1	Jour 2	Jour 3
9h30 Accueil et présentations 10h00 Recueil des attentes 10h30 Règles du groupe 11h00 Partage d’expériences (le vivre) 11h45 Conditions du partage d’expériences (analyse)	9h30 Retours et attentes 10h00 Expertise vs expérience : qu’est-ce que ça change ? 10h45 Expertise vs expérience : le diagnostic 11h30 Témoignage d’Alexia	9h30 Retours et attentes 10h00 Entretien inégal : simulations 10h45 Réflexions partagées, techniques et stratégies de coping 11h30 Dispositifs, contextes, personnes : être à l’aise ET faire exception
Déjeuner 12h30	Déjeuner 12h30	Déjeuner 12h30
13h30 Différents groupes, différents effets 15h30 Et si je témoignais ? Les professionnels et le partage d’expériences 17h00 Présentations personnelles : pourquoi, comment	13h30 Expériences, peurs et impacts émotionnels 14h30 Diversité des expériences humaines 15h30 Intervention de <i>The Redwoods</i> (visio)	13h30 Constitution de binômes sur la base d’un partage « raconter sa vie » 15h30 Projet : mettre en place un espace de partage d’expériences 17h00 Bilan du module
Fin 17h30	Fin 17h30	Fin 17h30

Module 2 – Enseignements du témoignage : l'émotion (2 jours)

Dates : 29 et 30 octobre 2024

Objectifs : (et liens avec les **objectifs de la formation**, cf. p. 5).

- associer expériences et émotions **(1)**
- faire l'expérience d'une autre posture **(3, 4)**
- noter la similarité des expériences d'un point de vue émotionnel (continuum) **(1)**
- décrire et concevoir la multiplicité des présentations de soi **(2, 4, 5)**
- reconnaître les changements de présentation de soi et faciliter ce « mouvement » **(2, 4)**

Jour 1	Jour 2
9h30 Retours et attentes 10h00 Témoignage de Yann 11h00 Le « symptomatique » dans nos vie 12h00 Présentation binôme	9h30 Retours et attentes 10h00 « Situations difficiles » : les émotions qui nous « mettent en difficulté » 11h30 Témoignage de Murielle
Déjeuner 12h30	Déjeuner 12h30
13h30 Ce qui paraît « symptomatique » chez nous ? 15h00 « Situations difficiles » au travail : partage d'expériences et ressentis 16h30 Se recentrer, s'offrir mutuellement du soutien	13h30 Vignettes cliniques : percevoir et entendre les émotions derrière les mots, gestes et silences 15h00 Prendre soin de soi & mini-projet : accueillir émotions et croyances 17h00 Bilan du module
Fin 17h30	Fin 17h30

Module 3 – Enseignements du témoignage : réalités (2 jours)

Dates : 21 et 22 novembre 2024

Objectifs : (et liens avec les *objectifs de la formation*, cf. p. 5).

- connaître la prévalence des traumatismes, abus, expériences de vie difficiles (1)
- développer sa capacité à aborder les traumatismes et autres expériences de vie difficiles (3, 5)
- identifier les mécanismes possibles d’articulation entre traumatismes et expériences (2, 6)

Jour 1	Jour 2
9h30 Retours et attentes 10h00 Traumatismes et émotions : comment se construit-on ? (1/2) 11h00 Prévalence des abus sexuels : que disent les recherches ? 12h00 Présentation binôme	9h30 Retours et attentes 10h00 Traumatismes et émotions : comment se construit-on ? (2/2) 11h00 Prévalence des abus sexuels : que protège le tabou ? 12h00 Les situations multiples : rester ouvert à l’inconnu (« ne négligeons pas la négligence »)
Déjeuner	Déjeuner
13h30 Expériences difficiles et troubles psychotiques : que disent les recherches ? 14h30 Conditions du partage d’expériences : la particularité des abus sexuels 15h30 Intervention d’ <i>Eleanor Longden</i> (visio)	13h30 Accueillir le récit d’un abus et/ou de violences 14h30 Ouvrir la possibilité à l’autre de partager une expérience traumatique (outils) 16h00 Troubles de la pensée et modes de communication 17h00 Bilan du module
Fin 17h30	Fin 17h30

Module 4 – Enseignements du témoignage : du sens (1/2) (2 jours)

Dates : 12 et 13 décembre 2024

Objectifs : (et liens avec les *objectifs de la formation*, cf. p. 5).

- distinguer les expériences et la relation à ses expériences (1, 2, 4)
- comprendre le déséquilibre de pouvoir dans la relation aux expériences et évaluer l'importance de sa prise en compte dans l'accompagnement (2, 6)
- choisir, organiser et mettre en place un cadre pour le processus de réappropriation des expériences (3, 5)
- être en capacité de partager et élaborer des stratégies de coping adaptées et les justifier (1, 3, 6)
- opérer un sens aux expériences à travers exploration des liens entre histoire de vie et histoire des expériences (3)

Jour 1	Jour 2
9h30 Retours et attentes 10h Faire l'expérience d'entendre des voix (simulation) 10h30 Quelle relation aux voix ? (retour d'expérience) 11h15 Quelle relation aux voix ? (travaux de recherche) 12h00 Présentation binôme	9h30 Retours et attentes 10h00 Elaborer un Construct 11h00 Mettre en place les conditions d'exploration des expériences 11h30 Stratégies de coping : utilité & créativité
Déjeuner	Déjeuner
13h30 Explorer l'histoire des voix et l'histoire de vie : du sens ! (profilage, questionnaire de Maastricht) 15h00 Qu'est-ce qui est « vrai » ? (discussion) 15h30 Intervention de <i>Karen Taylor</i> (visio)	13h30 Changer sa relation à ses expériences (relation de pouvoir & groupes) 15h00 Aider les autres, trouver une place dans le monde, sa « mission » 16h00 Spiritualité et rétablissement 17h00 Bilan du module
Fin 17h30	Fin 17h30

Module 5 – Enseignements du témoignage : du sens (2/2) (3 jours)

Dates : 15, 16 et 17 janvier 2025

Objectifs : (et liens avec les *objectifs de la formation*, cf. p. 5).

- identifier l'importance de ma relation aux expériences de l'autre dans l'accompagnement et la vie, déduire, appliquer et analyser les implications dans ma pratique (2, 3, 4, 5)
- développer une meilleure connaissance de la diversité des expériences humaines (1, 5)
- choisir et pouvoir rester présent dans l'exploration d'expériences problématiques (3)
- développer une approche pragmatique des difficultés de la personne (3, 4, 5, 6)
- construire et estimer cette approche dans une perspective plus large d'une vie en société enrichissante et inclusive (5, 6)

Jour 1	Jour 2	Jour 3
9h30 Retours et attentes 10h00 Exploration de nos voix intérieures 10h30 Les émotions de l'accompagnant (1) : sentiment d'impuissance et interférences 11h15 Les émotions de l'accompagnant (2) : responsabilité et injonctions. 12h00 Présentation binôme	9h30 Retours et attentes 10h00 A quoi tu crois ? (échanges et débats) 11h00 Les croyances et convictions en population générale (travaux de recherche) 12h00 « Quand rien ne s'adresse à mon intelligence... » (illustration)	9h30 Retours et attentes 10h00 Ce qui pose problème « de l'extérieur » vs pour la personne 11h00 Se « débarrasser » ou « faire avec » : les possibles (théâtre forum) 11h45 L'approche pragmatique des expériences de la personne : mise en situation pratique de groupe, puis par deux
Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
13h30 Prendre en compte et intervenir : distinction (mises en situation) 14h30 Exploration d'expérience vs piège de la déduction (petits groupes) 15h30 Partage d'expérience : pourquoi je fais ce métier ? 16h30 Nos limites : se respecter et respecter l'autre dans l'exploration d'expérience	13h30 Questionnaire de Maastricht pour la paranoïa et convictions problématiques 14h00 Cas pratiques : donner du sens à la paranoïa 14h45 Approches narratives : définir ensemble le problème 15h30 Intervention de <i>Peter Bullimore</i> (visio)	13h30 Mettre la relation au centre : à quoi pourrait ressembler une société qui reconnaîtrait la diversité des expériences humaines comme une richesse ? 14h30 Répondre aux objections et argumenter en respectant les peurs de l'autre 16h00 Point sur les projets 17h00 Bilan du module
Fin 17h30	Fin 17h30	Fin 17h30

Module 6 – Se constituer un réseau de soutien (2 jours)

Dates : 10 et 11 février 2025

Objectifs : (et liens avec les *objectifs de la formation*, cf. p. 5).

- reconnaître, estimer l'environnement comme un outil potentiel (2, 4)
- connaître et utiliser des outils pour changer sa représentation de son environnement (1, 3, 4)
- faire l'expérience de s'approprier son environnement comme un outil pour proposer d'opérer ce type de changement chez les autres (3, 4, 5)

Jour 1	Jour 2
9h30 Retours et attentes 10h00 Comment décaler son point de vue (à l'aide d'une autre personne) 11h00 Changer son humeur en portant son attention à l'autre 12h00 Présentation binôme	9h30 Retours et attentes 10h00 Comment demander de l'aide (jeux de rôle et discussion) 11h00 Réaliser sa cartographie relationnelle (en binômes 2/2)
Déjeuner	Déjeuner
13h30 Réaliser sa cartographie relationnelle (en binômes 1/2) 15h30 Intervention de <i>Caroline Mazel-Carlton</i> (visio)	13h30 Comment demander de l'attention (jeux de rôle et discussion) 15h30 Comment demander de l'affection (jeux de rôle et discussion) 17h00 Bilan du module
Fin 17h30	Fin 17h30

Module 7 – Utiliser et être utilisé.e (2 jours)

Dates : 13 et 14 mars 2025

Objectifs : (et liens avec les *objectifs de la formation*, cf. p. 5).

- comprendre la notion d'utilité dans le soin et l'accompagnement (2)
- analyser et critiquer sa relation à son utilité dans son activité (4)
- faire l'expérience d'utiliser et d'être utilisé.e (3)

Jour 1	Jour 2
9h30 Retours et attentes 10h00 Parlons d'amour et d'amitié (cas pratiques et échanges) 11h00 Pouvoir, abus, utilité (mises en situation) 12h00 Présentation binôme	9h30 Retours et attentes 10h00 La confiance et le contrôle (débat sur la prise de risque) 11h00 « Me donner l'envie d'agir avec courage » (comment proposer) 11h45 Projet : faire une proposition
Déjeuner	Déjeuner
13h30 Etre utile ? (théâtre forum) 14h30 Discussion en grand groupe 15h30 Intervention de <i>Dirk Corstens</i> (visio)	13h30 Projet : préparer une présentation du processus rétablissement conforme à ses valeurs (sous-groupes) 15h30 « On n'est jamais aussi utile que lorsque l'on a l'impression de ne servir à rien... » : Faire l'expérience d'en « faire moins » 17h00 Bilan du module
Fin 17h30	Fin 17h30

Module 8 – La reprise de pouvoir (2 jours)

Dates : 15 et 16 avril 2025

Objectifs : (et liens avec les *objectifs de la formation*, cf. p. 5).

- examiner et critiquer la notion de pouvoir dans les soins et l'accompagnement (4)
- imaginer, créer, engager, analyser, évaluer des projets dans sa pratique professionnelle mettant en jeu ses représentations (3, 4, 5, 6)
- imaginer, créer, engager, analyser, évaluer des projets en groupes mettant en jeu les représentations d'un système ou d'un établissement (3, 4, 5, 6)
- formuler pour soi-même des « principes simples » sur lesquels fonder ses actions (5)

Jour 1	Jour 2
9h30 Retours et attentes 10h00 La biche et le marteau 10h30 Projet : mettre en jeu ses représentations de la pratique professionnelle (co-créé avec usager/patient/client) (en binôme) 12h00 Présentation binôme	9h30 Retours et attentes 10h00 Solution vs processus : s'emparer du pouvoir du second 11h00 Projet : mettre en jeu les représentations d'un système ou d'un établissement (expérience du processus)
Déjeuner	Déjeuner
13h30 Notion de contraintes structurelles et illustrations 14h30 Analyse des contraintes structurelles de mon cadre d'exercice (en petits groupes) 15h30 Intervention <i>PJ Moynihan</i> (visio)	13h30 Pas de solutions simples, des principes simples pour guider mon action 15h00 Qu'est-ce qui bouge quand je bouge ? 16h00 Point sur les projets 17h00 Bilan du module
Fin 17h30	Fin 17h30

Module 9 – Quand la folie s’explique : modèles et conséquences (2 jours)

Dates : 15 et 16 mai 2025

Objectifs : (et liens avec les *objectifs de la formation*, cf. p. 5).

- identifier, décrire, différencier, critiquer et évaluer quelques modèles de compréhension des « troubles psychiques », genèse et conséquences (1, 4, 6)
- situer le rapport entre ses actes et ses « cognitions » (2)
- construire, estimer et appliquer des marges de manœuvre pour plus de liberté professionnelle (3, 4, 5)

Jour 1	Jour 2
9h30 Retours et attentes 10h00 Quelles influences sur ma pratique professionnelle ? (analyse détaillée, en binômes) 11h00 Ce que nous croyons conditionne nos comportements 11h30 ... et nos comportements modifient ce que nous croyons ! 12h00 Présentation binôme (dernier)	9h30 Retours et attentes 10h00 La science derrière le mouvement sur l’entente de voix (2/2) 10h45 Comment sortir des contradictions du « modèle » psychiatrique ? 11h30 Projet : mettre en jeu représentations (suite module 8)
Déjeuner	Déjeuner
13h30 La science derrière le mouvement sur l’entente de voix (1/2) 15h30 Comment utiliser ce que je sais au service de ce que je veux ? 16h30 Projets : changement des pratiques	13h30 Décliner l’accueil des expériences humaines en pratique 15h00 Intervention de <i>Peter Kinderman</i> 17h00 Bilan du module
Fin 17h30	Fin 17h30

Module 10 – Que savons-nous des médicaments psychiatriques ? Et perspectives (3 jours)

Dates : 18, 19 et 20 juin 2025

Objectifs : (et liens avec les *objectifs de la formation*, cf. p. 5).

- développer sa capacité d'analyse critique d'informations sur un sujet qui nous touche directement (4, 5)
- créer et opérer des alternatives pour développer sa capacité d'actions (3, 5)
- être en capacité d'accompagner un projet incluant des changements dans la médication (5, 6)

Jour 1	Jour 2	Jour 3
9h30 Retours et attentes 10h00 Qui peut parler des médicaments psychiatriques ? 11h00 Le discours « officiel » et ses arguments	9h30 Retours et attentes 10h00 Modes d'action, effets indésirables, qu'attendre et ne pas attendre ? 11h00 L'effet placebo et notre responsabilité dans la place prise par les médicaments psychiatriques 11h45 A quoi pourrait ressembler un usage raisonnable ?	9h30 Retours et attentes 10h00 Equilibre bénéfiques / risques : cas d'espèce. 11h00 « La répétition c'est pour les champions » (questions de sevrage)
Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
13h30 Ce qui pose question dans le discours officiel (jeu débat) 15h00 L'histoire des médicaments psychiatriques 16h30 Discussion	13h30 Une analyse critique de « Ordonnances en psychiatrie » et discussion 15h30 Intervention de <i>Joanna Moncrieff</i> (visio) : Comment parler des médicaments psychiatriques avec un médecin ?	13h30 Bilan de la première année et projets
Fin 17h30	Fin 17h30	Fin 17h30

Module 11 – Projets

Dates : tout au long de la formation

Objectifs : *(et liens avec les **objectifs de la formation**, cf. p. 5).*

- être outillé et à l'aise pour élaborer ou faire évoluer sa pratique professionnelle avec une orientation vers le rétablissement **(8, 9)**
- disposer de plusieurs expériences pratiques d'accueil des expériences humaines **(4, 5, 7)**
- devenir force de proposition pour des projets institutionnels et citoyens de mise en valeur de la diversité des expériences humaines pour une société inclusive **(7, 8)**

L'objectif général de la formation étant de permettre aux participants de mettre en place ou de faire évoluer leur pratique professionnelle, les stagiaires auront l'occasion de concevoir, élaborer, mettre en œuvre, évaluer et améliorer plusieurs projets, incluant :

- créer et expérimenter un espace de partage d'expériences
- co-créeer un projet avec au moins un.e « usager.e » / « patient.e » / « bénéficiaire » et en partager avec le groupe une restitution co-construite
- engager un processus de changement des pratiques au sein de son cadre d'exercice professionnel correspondant à un besoin personnel et en faire une restitution « narrée » auprès du groupe (auto-louange)
- concevoir et donner forme à une présentation (correspondant à ses valeurs personnelles) du processus de rétablissement et la partager avec le groupe

DEUXIEME ANNEE

Module 12 – Vivre sa vie sans médicaments psychiatriques (2 jours)

Dates : 28 et 29 octobre 2025

Objectifs : (et liens avec les *objectifs de la formation*, cf. p. 5).

- Acquérir et intégrer l'exploration de l'expérience comme outil dans l'accompagnement (1, 2,3)
- Soutenir une vision du rétablissement sans médicaments (4, 5, 6)
- Créer et opérer des alternatives pour développer sa capacité d'actions (3, 5)
- Être en capacité d'accompagner un projet incluant des changements dans la médication (5, 6)

Jour 1	Jour 2
9h30 Retours et attentes 10h00 Spirales du succès et de l'échec. Mise en perspective de la perméabilité au doute et des expériences passées. 11h00 Que met en jeu le « traitement » psychiatrique ? 12h00 Apprendre des autres, apprendre de l'expérience : distinction entre « savoir » et « connaître », et se libérer des discours abusifs	9h30 Retours et attentes 10h00 Les bases de l'analyse critique de la littérature scientifique 11h00 Apports et discussion autour des classiques de l'« équilibre personnel » (alimentation, sommeil, activité physique, relations interpersonnelles) : explorer l'expérience versus l'acquis (pseudo-savoir)
Déjeuner	Déjeuner
13h30 Accompagner la Définition des priorités et entretenir la motivation – exercice pratique 15h00 Applications dans ma vie 16h30 Discussion	13h30 L'entretien inégal – jeux de rôles 17h00 Bilan du module
Fin 17h30	Fin 17h30

Module 13 – Le groupe moteur de changement (3 jours)

Dates : 22, 23 et 24 avril 2026

Objectifs : (et liens avec les *objectifs de la formation*, cf. p. 5).

- Clarifier la nécessité du lien dans le processus du rétablissement (2, 4)
- Voir et utiliser la force du groupe (1, 2, 4, 6)
- Observer et s'appropriier la démultiplication des actions rendues possibles grâce au groupe (3, 5, 6)

Jour 1	Jour 2	Jour 3
9h30 Retours et attentes 10h00 Mise en place par les stagiaires de groupes de partage d'expériences 11h30 Retours, analyse, discussion	9h30 Retours et attentes 10h00 Diversification des objectifs dans un groupe 11h30 Le groupe comme modalité d'interaction non-interprétative (exploration)	9h30 Retours et attentes 10h00 Dispositif de soin vs Groupe d'émancipation 11h00 Conditions de la liberté dans le groupe
Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
13h30 Expérimentation de la différence entre participation à un groupe thématique et discussion à deux 15h30 Retours, analyse, discussion 16h30 Le groupe comme espace de révélation	13h30 Le groupe comme source d'inspiration 15h30 Le groupe comme espace d'affiliation- émancipation	13h30 Nouvelle expérience d'un groupe autour d'un enjeu 15h00 Nouvelle expérience d'un groupe autour d'un second enjeu 16h30 Discussion – Simplicité et puissance du groupe
Fin 17h30	Fin 17h30	Fin 17h30

Module 14 – Donner sens aux traumatismes (2 jours)

Dates : 25 et 26 juin 2026

Objectifs : (et liens avec les *objectifs de la formation*, cf. p. 5).

- Identifier les mécanismes d’articulation entre traumatismes et expériences (1, 2, 6)
- Choisir de rester présent, et porter une conviction dans l’exploration d’expériences problématiques (3)
- Opérer un sens aux expériences à travers exploration des liens entre histoire de vie et histoire des expériences (3, 5, 6)

Jour 1	Jour 2
9h30 Retours et attentes 10h00 Le questionnement libre, la frise chronologique, le récit de vie, les questionnaires de Maastricht et autres outils...	9h30 Retours et attentes 10h00 Jeux de rôle
Déjeuner	Déjeuner
13h30 Stratégies de coping (en sous-groupes) 15h00 Stratégies de coping (mise en commun) 16h30 Le sens codé dans les discours et les comportements	13h30 Bilan de la formation et projets
Fin 17h30	Fin 17h30

CALENDRIER 2024 - 2025

Septembre		Octobre	Novembre		Décembre	Janvier		Février	Mars		Avril	Mai		Juin
	1	Mardi	Vendredi	1		Mercredi	1			1	Mardi	Jeudi	1	
Lundi	2	Mercredi		2	Lundi	Jeudi	2			2	Mercredi	Vendredi	2	Lundi
Mardi	3	Jeudi		3	Mardi	Vendredi	3	Lundi	Lundi	3	Jeudi		3	Mardi
Mercredi	4	Vendredi	Lundi	4	Mercredi		4	Mardi	Mardi	4	Vendredi		4	Mercredi
Jeudi	5		Mardi	5	Jeudi		5	Mercredi	Mercredi	5		Lundi	5	Jeudi
Vendredi	6		Mercredi	6	Vendredi	Lundi	6	Jeudi	Jeudi	6		Mardi	6	Vendredi
	7	Lundi	Jeudi	7		Mardi	7	Vendredi	Vendredi	7	Lundi	Mercredi	7	
	8	Mardi	Vendredi	8		Mercredi	8			8	Mardi	Jeudi	8	
Lundi	9	Mercredi		9	Lundi	Jeudi	9			9	Mercredi	Vendredi	9	Lundi
Mardi	10	Jeudi		10	Mardi	Vendredi	10	Lundi	Lundi	10	Jeudi		10	Mardi
Mercredi	11	Vendredi	Lundi	11	Mercredi		11	Mardi	Mardi	11	Vendredi		11	Mercredi
Jeudi	12		Mardi	12	Jeudi		12	Mercredi	Mercredi	12		Lundi	12	Jeudi
Vendredi	13		Mercredi	13	Vendredi	Lundi	13	Jeudi	Jeudi	13		Mardi	13	Vendredi
	14	Lundi	Jeudi	14		Mardi	14	Vendredi	Vendredi	14	Lundi	Mercredi	14	
	15	Mardi	Vendredi	15		Mercredi	15			15	Mardi	Jeudi	15	
Lundi	16	Mercredi		16	Lundi	Jeudi	16			16	Mercredi	Vendredi	16	Lundi
Mardi	17	Jeudi		17	Mardi	Vendredi	17	Lundi	Lundi	17	Jeudi		17	Mardi
Mercredi	18	Vendredi	Lundi	18	Mercredi		18	Mardi	Mardi	18	Vendredi		18	Mercredi
Jeudi	19		Mardi	19	Jeudi		19	Mercredi	Mercredi	19		Lundi	19	Jeudi
Vendredi	20		Mercredi	20	Vendredi	Lundi	20	Jeudi	Jeudi	20		Mardi	20	Vendredi
	21	Lundi	Jeudi	21		Mardi	21	Vendredi	Vendredi	21	Lundi	Mercredi	21	
	22	Mardi	Vendredi	22		Mercredi	22			22	Mardi	Jeudi	22	
Lundi	23	Mercredi		23	Lundi	Jeudi	23			23	Mercredi	Vendredi	23	Lundi
Mardi	24	Jeudi		24	Mardi	Vendredi	24	Lundi	Lundi	24	Jeudi		24	Mardi
Mercredi	25	Vendredi	Lundi	25	Mercredi		25	Mardi	Mardi	25	Vendredi		25	Mercredi
Jeudi	26		Mardi	26	Jeudi		26	Mercredi	Mercredi	26		Lundi	26	Jeudi
Vendredi	27		Mercredi	27	Vendredi	Lundi	27	Jeudi	Jeudi	27		Mardi	27	Vendredi
	28	Lundi	Jeudi	28		Mardi	28	Vendredi	Vendredi	28	Lundi	Mercredi	28	
	29	Mardi	Vendredi	29		Mercredi	29			29	Mardi	Jeudi	29	
Lundi	30	Mercredi		30	Lundi	Jeudi	30			30	Mercredi	Vendredi	30	Lundi
	31	Jeudi		31	Mardi	Vendredi	31			31			31	

CALENDRIER 2025 - 2026

Septembre		Octobre	Novembre		Décembre	Janvier		Février	Mars		Avril	Mai		Juin
Lundi	1	Mercredi		1	Lundi	Jeudi	1			1	Mercredi	Vendredi	1	Lundi
Mardi	2	Jeudi		2	Mardi	Vendredi	2	Lundi	Lundi	2	Jeudi		2	Mardi
Mercredi	3	Vendredi	Lundi	3	Mercredi		3	Mardi	Mardi	3	Vendredi		3	Mercredi
Jeudi	4		Mardi	4	Jeudi		4	Mercredi	Mercredi	4		Lundi	4	Jeudi
Vendredi	5		Mercredi	5	Vendredi	Lundi	5	Jeudi	Jeudi	5		Mardi	5	Vendredi
	6	Lundi	Jeudi	6		Mardi	6	Vendredi	Vendredi	6	Lundi	Mercredi	6	
	7	Mardi	Vendredi	7		Mercredi	7			7	Mardi	Jeudi	7	
Lundi	8	Mercredi		8	Lundi	Jeudi	8			8	Mercredi	Vendredi	8	Lundi
Mardi	9	Jeudi		9	Mardi	Vendredi	9	Lundi	Lundi	9	Jeudi		9	Mardi
Mercredi	10	Vendredi	Lundi	10	Mercredi		10	Mardi	Mardi	10	Vendredi		10	Mercredi
Jeudi	11		Mardi	11	Jeudi		11	Mercredi	Mercredi	11		Lundi	11	Jeudi
Vendredi	12		Mercredi	12	Vendredi	Lundi	12	Jeudi	Jeudi	12		Mardi	12	Vendredi
	13	Lundi	Jeudi	13		Mardi	13	Vendredi	Vendredi	13	Lundi	Mercredi	13	
	14	Mardi	Vendredi	14		Mercredi	14			14	Mardi	Jeudi	14	
Lundi	15	Mercredi		15	Lundi	Jeudi	15			15	Mercredi	Vendredi	15	Lundi
Mardi	16	Jeudi		16	Mardi	Vendredi	16	Lundi	Lundi	16	Jeudi		16	Mardi
Mercredi	17	Vendredi	Lundi	17	Mercredi		17	Mardi	Mardi	17	Vendredi		17	Mercredi
Jeudi	18		Mardi	18	Jeudi		18	Mercredi	Mercredi	18		Lundi	18	Jeudi
Vendredi	19		Mercredi	19	Vendredi	Lundi	19	Jeudi	Jeudi	19		Mardi	19	Vendredi
	20	Lundi	Jeudi	20		Mardi	20	Vendredi	Vendredi	20	Lundi	Mercredi	20	
	21	Mardi	Vendredi	21		Mercredi	21			21	Mardi	Jeudi	21	
Lundi	22	Mercredi		22	Lundi	Jeudi	22			22	Mercredi	Vendredi	22	Lundi
Mardi	23	Jeudi		23	Mardi	Vendredi	23	Lundi	Lundi	23	Jeudi		23	Mardi
Mercredi	24	Vendredi	Lundi	24	Mercredi		24	Mardi	Mardi	24	Vendredi		24	Mercredi
Jeudi	25		Mardi	25	Jeudi		25	Mercredi	Mercredi	25		Lundi	25	Jeudi
Vendredi	26		Mercredi	26	Vendredi	Lundi	26	Jeudi	Jeudi	26		Mardi	26	Vendredi
	27	Lundi	Jeudi	27		Mardi	27	Vendredi	Vendredi	27	Lundi	Mercredi	27	
	28	Mardi	Vendredi	28		Mercredi	28			28	Mardi	Jeudi	28	
Lundi	29	Mercredi		29	Lundi	Jeudi	29			29	Mercredi	Vendredi	29	Lundi
Mardi	30	Jeudi		30	Mardi	Vendredi	30		Lundi	30	Jeudi		30	Mardi
	31	Vendredi		31	Mercredi		31		Mardi	31			31	

