

# Catalogue 2024

## Formations et accompagnements



**ALFAPSY**

# Alfapsy, formations et accompagnements

Alfapsy est un organisme de formations et d'accompagnements en **santé mentale et sociale** qui intègre l'interdisciplinarité et la pluralité des savoirs académiques, professionnels et expérientiels au service des acteurs des secteurs sociaux, médico-sociaux, sanitaires ainsi que des entreprises privées.

Centrée sur la promotion du **rétablissement**, du **pouvoir d'agir**, de la **pair-aidance** et de l'**inclusion sociale**, notre approche pédagogique se déploie au travers d'une **co-construction** et d'une **co-animation** de formations et d'actions d'accompagnement entre un professionnel et une personne concernée.

**Alfapsy est un organisme certifié pour ses actions de formation**

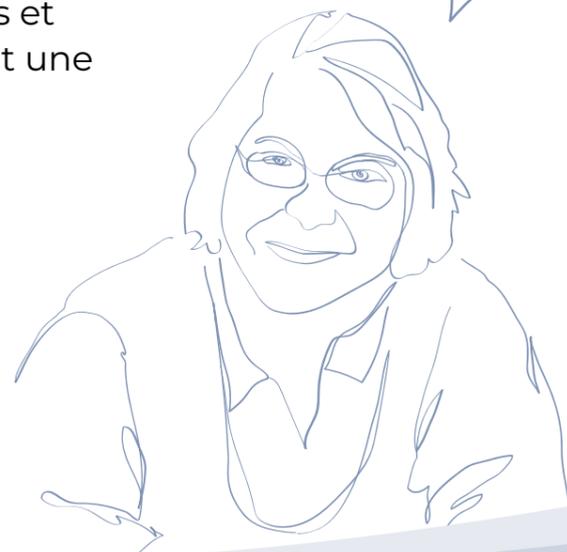
**Qualiopi**  
processus certifié

REPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :  
**Actions de formation**

*Je vis avec des troubles psychiques, j'ai traversé la maladie de l'alcool, mais je suis en voie de rétablissement et retravaille !*

*Donc c'est possible !  
Voilà mon espérance...*



Découvrez notre équipe de formatrices et formateurs en cliquant sur le portrait ci-contre !

## Formations

Notre catalogue de formations propose de soutenir les institutions et leurs acteurs dans une montée en compétences autour de notions émergentes proposant un changement de paradigme quant à la **santé mentale et sociale**.

Rétablissement, pouvoir d'agir, inclusion sociale, pair-aidance, économie sociale et solidaire sont des exemples de concepts que nous vous proposons de découvrir et d'approfondir grâce à la pluralité des savoirs de nos **formateurs expérimentés**.

Alfapsy s'appuie sur l'expertise de professionnels, articulée avec celle de personnes en rétablissement de troubles de santé mentale et sociale, en qualité de **formateurs pairs**.

## Accompagnements

**Aux acteurs des secteurs social, médico-social et sanitaire**, Alfapsy propose une expertise et des ressources visant à favoriser l'appropriation et le déploiement du changement de paradigme centré sur le **rétablissement**.

Notre offre d'accompagnement aux **ESSMS** porte sur :

- L'accueil et le management de pairs-aidants ou de salariés concernés par des troubles de santé mentale ou d'addictions.
- Les transformations institutionnelles favorables à l'appropriation et au déploiement des approches centrées sur le rétablissement (pouvoir d'agir, inclusion sociale, entretien motivationnel, réhabilitation psychosociale...).
- Les pratiques professionnelles (APP).
- Les pratiques managériales (APM, en individuel ou collectif).

# L'équipe Alfapsy



**Lucas Aubert**

Directeur

“ Éducateur spécialisé de formation, j'ai travaillé en protection de l'enfance, en tant que cadre intermédiaire puis dirigeant dans le secteur de la grande précarité et de l'accès au logement en France et au Québec. Formé à l'approche axée rétablissement à Montréal en 2015, je me suis depuis spécialisé dans la conduite de transformation institutionnelle intégrant ce changement de paradigme. ”



**Dunvell Autret**

Responsable qualité

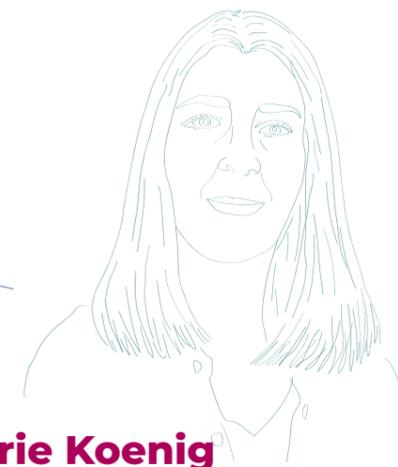
“ Qualificienne de formation, j'ai travaillé dans le secteur de la grande précarité, de l'accès au logement et à la santé en tant que cadre en gestion des risques. Formée à l'approche axée rétablissement en 2017, j'ai accompagné de nombreuses organisations dans la conduite de changements de leurs services. J'assure aujourd'hui la démarche qualité d'Alfapsy dans ses processus de certifications et labélisation. Je travaille également à mettre à profit mon expérience des ESSMS pour développer les formations à la qualité pour les pairs. ”



**Elisabeth Damiani**

Coordnatrice de la formation pair

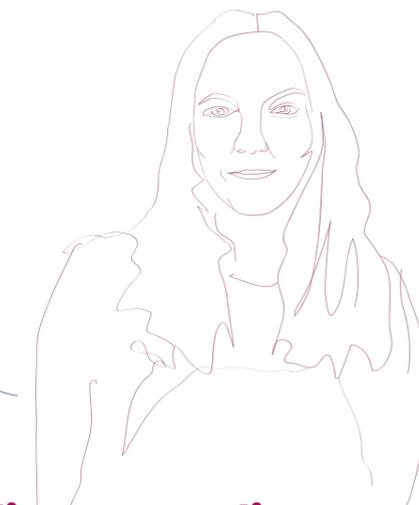
“ Juriste de formation, je suis devenue formatrice-paire et paire-aidante notamment par la rencontre avec l'Oeuvre Falret. Aujourd'hui j'assure l'animation, la coordination et la formation de l'équipe de formateurs-pairs d'Alfapsy. ”



**Marie Koenig**

Responsable pédagogique

“ Psychologue clinicienne de formation, j'ai travaillé dans des services intra et extra hospitaliers de psychiatrie adulte avant de réaliser une thèse de doctorat en 2013 sur le concept de rétablissement. Depuis, mon activité professionnelle s'articule autour de 3 axes : la pratique clinique, la recherche et la formation. En tant que responsable pédagogique à Alfapsy, je travaille à mettre à profit cette perspective globale dans l'accompagnement des personnes et des institutions. ”

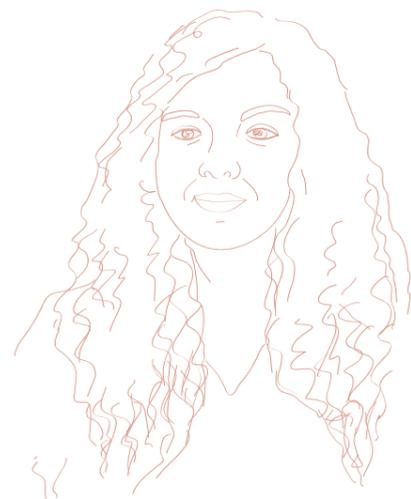


**Blandine Rousselin**

Responsable communication

“ Issue d'une formation universitaire en communication, spécialisée dans le domaine de la santé mentale grâce à une thèse en Sciences de l'Information et de la Communication portant sur les récits des personnes concernées par des troubles de santé mentale sur le web, j'assure la communication d'Alfapsy et la gestion commerciale des formations. ”

# L'équipe Alfapsy



**Lucille Drouhin**

Animatrice de formation

“ Je suis psychologue clinicienne et psychothérapeute spécialisée en thérapies cognitivo-comportementales. Je travaille en psychiatrie adulte : dans un hôpital de jour qui a pour mission la réhabilitation psycho-sociale et le rétablissement de personnes souffrants de schizophrénie et dans un centre médico-psychologique. ”



**Véronique Decaux**

Animatrice de formation

“ Diplômée BAC +2 en marketing, j'ai travaillé en entreprise durant 23 ans avant d'être soignée pour dépression sévère. À ce jour active dans trois associations, je suis très heureuse de rejoindre l'équipe de formateurs Alfapsy. ”



**Florence Hellner**

Gestionnaire de formation et formatrice

“ Sociologue de formation, mes premiers travaux de recherche portaient sur la précarité et la détention avant de faire un détour sur la périnatalité et l'homoparentalité. La construction de la représentation de soi, soi social, soi psychique me passionne. Après une carrière dans les Casinos pour la mise en place de la politique nationale de prise en charges de l'addiction au jeu, j'ai repris la psycho. J'ai creusé l'addictologie et la santé mentale en institution puis ouvert mon cabinet. En parallèle, je suis formatrice depuis 2010 : les addictions sans substances puis le management et l'affirmation de soi. Formatrice de Premiers Secours en Santé Mentale, je suis désormais bien plus en cohérence avec moi-même. J'aime comprendre, et découvrir. La notion de rétablissement dans ce qu'elle comporte de reconnaissance de la capacité, la connexion à la compétence personnelle et expérientielle et la transmission sont mes valeurs. ”



**Barthélémy Schaar**

Coordinateur PSSM

“ animateur et militant des Céméas et des Francas, éducateur spécialisé et intervenant en centre de formation en travail social ou à l'université, co-fondateur d'une association de défense du droit à une vie affective et sexuelle pour les personnes en situation de handicap en institutions, membre du comité d'animation d'une association de mobilisation citoyenne, chargé de mission mettant en œuvre des projets de promotion de la santé pour et avec les habitants d'un territoire, formateur aux premiers secours en santé mentale, mon parcours s'attache à défendre les droits et la dignité de personnes considérées « vulnérables » dans une approche de capacitation, de plaidoyer pour la reconnaissance de leur valeur, leurs compétences, leurs richesses... ”

# L'équipe Alfapsy

## Wafia Bouroubi

Coordinatrice pédagogique et formatrice

“ Psychologue clinicienne de formation, j’ai travaillé pendant onze ans en psychiatrie adulte où je me suis spécialisée dans l’accompagnement psychothérapeutique et institutionnel de crise. Engagée dans la voie de la réhabilitation psychosociale orientée rétablissement sur mon secteur et sur la plateforme de réhabilitation psychosociale Sud Yvelines, j’ai également entrepris une thèse de doctorat où j’ai pu développer la question des facteurs et fonctionnements psychologiques associés au processus de rétablissement dans le cadre de la schizophrénie, notamment en phase précoce. Actuellement à Alfapsy en tant que coordinatrice pédagogique et formatrice, j’élabore des plans de formation et d’accompagnements spécifiques pour des équipes. ”



## Mathilde Rousselin

Gestionnaire administrative

“ Anthropologue de formation, j’ai réalisé mes recherches universitaires dans le cadre de mon mémoire en Irlande au sein d’une association de soutien aux réfugiés. J’ai ensuite travaillé dans un centre social du 19<sup>ème</sup> arrondissement de Paris avant que la vie ne me ramène vers un horizon familial en Bretagne. Là-bas, j’ai travaillé pendant plusieurs années dans le milieu bancaire. Aujourd’hui, j’exerce la fonction de gestionnaire administrative au sein d’Alfapsy. ”



## Noël Thulin

Consultant en santé mentale et formateur

“ Educateur spécialisé de formation initiale, je poursuis vers l’ingénierie sociale et la recherche en travail social. Mon fil rouge professionnel s’articule autour de l’errance et de ses déclinaisons dans les champs de la précarité, des addictions, de l’hébergement/logement et de la santé mentale. Je découvre le rétablissement et la pair-aidance avec le dispositif expérimental parisien Un Chez-Soi d’Abord. J’occupe actuellement un poste de chargé de mission sur l’accompagnement des pratiques et la recherche et développe des actions de formation sur les thématiques liées à mon parcours. ”

# L'offre de formations professionnelles

**Orientées rétablissement, en santé mentale et sociale**

## Sommaire

Accès aux formations.....	12
Mieux comprendre la santé mentale et sociale.....	14
Processus de rétablissement, concepts et déclinaisons.....	52
Les pratiques et outils orientés rétablissement.....	66
L'organisation des soins et des services sociaux.....	86
La communication : postures et techniques.....	94
L'accès aux droits.....	106
La pair-aidance et l'entraide mutuelle.....	108
Les nouveaux paradigmes de management.....	112

### Note aux lecteurs

En format PDF, ce document est interactif, vous pouvez cliquer sur les titres des sommaires pour accéder directement aux pages qui vous intéressent.

Pour retourner au sommaire de la catégorie thématique dans laquelle vous vous trouvez, cliquez sur la frise colorée avec les visages illustrés, située en haut des pages impaires.

Pour retourner au sommaire des catégories thématiques de formations, cliquez sur le logo Alfapsy en bas à droite des pages impaires.

En cliquant sur le titre de chaque formation, vous pouvez accéder à la page correspondante sur notre site internet [www.alfapsy.fr](http://www.alfapsy.fr)



# Accès aux formations

## Délais d'accès

Pour **les formations inter-établissements**, où des inscriptions individuelles sont possibles :

Le délai d'accès est fixé préalablement par la publication de notre calendrier de formation en ligne (sur notre site internet dans la rubrique Calendrier et sur des publications faites sur nos réseaux sociaux). Les sessions sont planifiées d'une année sur l'autre, avec une première planification en début d'année pour les formations du premier semestre. Pour le second semestre, les dates sont ajoutées au fur et à mesure qu'elles sont planifiées. Notre site internet est actualisé en permanence avec ce planning. Pour les formations Premiers Secours en Santé Mentale, nous organisons en général une session par mois.

Pour **les formations intra-établissements**, qui concernent des inscriptions de groupes par un même client :

Le délai d'accès varie pour chaque projet, en fonction des demandes et attentes du client et des disponibilités des formateurs. Les délais d'accès moyens sont très souvent inférieurs à 2 mois à compter de la date de signature du devis. Cela suppose que les dates proposées soient rapidement validées par le client demandant la formation.

## Modalités d'accès

Pour **les formations inter-établissements**, où des inscriptions individuelles sont possibles :

L'inscription se fait en nous contactant par mail à l'adresse [contact@alfapsy.fr](mailto:contact@alfapsy.fr) ou via le formulaire

de contact sur notre site Internet dans la rubrique Contact **accessible en cliquant ici**.

Pour **les formations intra-établissements**, qui concernent des inscriptions de groupes par un même client :

La demande de devis peut se faire :

- par mail à l'adresse [contact@alfapsy.fr](mailto:contact@alfapsy.fr)
- via le formulaire de contact sur notre site Internet dans la rubrique Contact **accessible en cliquant ici**
- via notre formulaire de demande devis **accessible en cliquant ici** ou sur le pied de page de notre site internet

Pour toute autre demande, notamment de programmes de formation sur mesure, vous pouvez nous contacter pour une étude de besoins et un devis via ces mêmes outils.

## L'accessibilité des formations

Pour **les formations à distance**, nous utilisons **Microsoft Teams**. Cet environnement recrée les conditions d'une formation en salle. Les fonctionnalités d'accessibilité de Microsoft Teams sont utilisées (sous-titres).

Pour **les formations en présentiel**, les salles réservées par Alfapsy à **Pantin** sont accessibles aux personnes en situation de handicap, à mobilité réduite. Concernant les salles chez nos clients, il appartient à chaque client de veiller aux conditions d'accès favorables.

Alfapsy est particulièrement sensible à l'accessibilité de ses formations à tous et toutes. **Pour toute situation particulière et besoin en aménagement** d'un apprenant, un échange préalable confidentiel et individuel avec la/le gestionnaire de formation pourra être organisé afin d'étudier les possibilités de compensation disponibles. Dans ce contexte, merci de nous alerter sur toute singularité de santé ou d'apprentissage en nous envoyant un mail sur l'adresse [contact@alfapsy.fr](mailto:contact@alfapsy.fr)

# Mieux comprendre la santé mentale et sociale

## Formations professionnelles courtes



Les formations proposées dans cette catégorie portent sur les notions de santé mentale, de troubles psychiques et de handicap psychique. Elles permettent de mieux comprendre les différentes problématiques liées à la santé mentale.



### Sommaire

Initiation à la santé mentale .....	16
Premiers Secours en Santé Mentale .....	18
Premiers Secours en Santé Mentale - Module Jeunes .....	22
Initiation à la santé mentale et au bien-être au travail .....	24
Comprendre les modes d'expression des troubles psychiques .....	26
Initiation aux troubles du comportement alimentaire .....	28
Situation de violence, la comprendre pour mieux la traverser .....	30
Comprendre les mécanismes de la stigmatisation en santé mentale .....	32
Santé mentale et vieillissement .....	34
L'impact des discriminations raciales sur la santé mentale .....	36
Accompagner les usages et les mésusages de l'alcool .....	38
Prévenir le suicide : rencontrer, évaluer et intervenir .....	40
Santé mentale et périnatalité : approches et pratiques .....	44
Santé mentale et qualité du sommeil .....	46
Santé mentale et troubles obsessionnels compulsifs (TOC) .....	48
Accompagner à la vie affective et sexuelle les personnes en situation de handicap psychique .....	50

### Les formations en développement

- Santé mentale et santé somatique
- Santé mentale et scolarité
- La santé sexuelle

# Initiation à la santé mentale



**Découvrir et se sensibiliser aux notions de santé mentale, troubles psychiques et handicap psychique. Modifier le regard porté sur les personnes ayant un problème de santé mentale.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Se repérer dans les notions de santé mentale, troubles psychiques, handicap psychique.
- Identifier la pluralité des déterminants de la santé mentale (les obstacles et les ressources).
- Mieux comprendre le vécu subjectif des personnes concernées par un problème de santé mentale afin de modifier son regard et sa posture d'accompagnement.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Notions de santé mentale, de troubles psychiques, de handicap psychique et de souffrance psychique.
- Perspective historique et enjeux contemporains de la santé mentale.
- Les déterminants de la santé mentale : les obstacles et les ressources.
- Représentations du handicap psychique et conséquences sur l'accompagnement.

### **Jour 2**

- Le vécu et les ressources des personnes ayant un problème de santé mentale.
- Comment accompagner au mieux les personnes : situations pratiques.
- Introduction et échanges réflexifs autour des concepts de rétablissement, d'empowerment et d'inclusion sociale.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Premiers Secours en Santé Mentale



Les Premiers Secours en Santé Mentale constituent l'aide qui est apportée à une personne qui traverse le début d'un trouble de santé mentale, une détérioration d'un trouble de santé mentale, ou qui est dans une phase de crise de santé mentale. Les premiers secours sont donnés jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée, ou jusqu'à ce que la crise soit résolue. Ils sont l'équivalent en santé mentale, des gestes de premier secours qui eux, apportent une aide physique à une personne en difficulté.

 **Durée :** 14 heures (2 jours ou 4 demi-journées)

 **Tarifs :**

- Inscription de groupe : sur devis pour 8 à 16 personnes
- Inscription individuelle : 250€

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenant :** un formateur accrédité PSSM France

 **Prérequis :** aucun

## Une formation PSSM France



formatrice  
accréditée



formateur  
accrédité

## La formation aux Premiers Secours en Santé Mentale permet de :

- **Donner confiance à chacun dans ses interactions avec une personne connaissant un problème de santé mentale ou traversant une crise de santé mentale.**
- **Renforcer l'aide apportée aux personnes connaissant un problème de santé mentale ou traversant une crise de santé mentale.**
- **Revoir ses représentations concernant la santé mentale.**

## **Public concerné**

Tout public adulte.

## **Objectifs pédagogiques**

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale.
- Savoir reconnaître les signes d'une crise de santé mentale.
- Savoir graduer son inquiétude sur une situation en lien avec un trouble psychique.
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée.
- Connaître le plan d'action de Premiers Secours en Santé Mentale pour aider un proche qui développe un trouble psychique ou dont le trouble déjà existant s'aggrave.
- Connaître les interventions efficaces et autres soutiens recommandés par le guide référence des Premiers Secours en Santé Mentale (délivré en formation).
- Développer des compétences de soutien dans la communauté (famille, travail, amis, relation publique...).

## **Méthodes pédagogiques**

Une démarche pédagogique participative privilégiant :

- Activités individuelles ou en sous-groupes : jeux, études de situations concrètes, exercices d'application du plan d'action PSSM ;
- Des mises en situation concrètes : jeu de rôle, simulation, ...

Des supports pédagogiques variés :

- Support de présentation PSSM suivant pas à pas le déroulé de la formation,
- Vidéos PSSM de témoignages et fictions, vidéos de démonstration de ressources,
- Scénarios de situations de PSSM,
- Un manuel de Secourisme de Santé Mentale remis à chaque participant, ...

*Programme détaillé en pages suivantes.*

# Premiers Secours en Santé Mentale



## Programme de la formation

### Module 1 (jour 1 matin ou demi-journée 1)

- Introduction à la santé mentale et aux Interventions
  - Troubles psychiques : définition et état des lieux
  - Facteurs de risque, statistiques et conséquences
  - Interventions en santé mentale
- Premiers Secours en Santé Mentale
  - Cadre des premiers secours en santé mentale
  - Le plan d'action PSSM
- Troubles de la dépression
  - Signes et symptômes
  - Interventions

### Module 2 (jour 1 après-midi ou demi-journée 2)

- Le plan d'action PSSM pour la dépression et la crise suicidaire
  - Premiers Secours dans le cas d'idées et de comportements suicidaires
- Premiers Secours pour les troubles de la dépression (hors crise)

- Troubles de l'anxiété
  - Signes et symptômes
  - Interventions

### Module 3 (jour 2 matin ou demi-journée 3)

- Le plan d'action PSSM pour les troubles de l'anxiété, attaques de paniques et choc post-traumatique
  - Premiers Secours pour les troubles de l'anxiété (hors crise)
  - Premiers Secours dans la crise d'attaque de panique
  - Premiers Secours dans la crise après un événement traumatique
- Troubles psychotiques
  - Signes et symptômes
  - Interventions

### Module 4 (jour 2 après-midi ou demi-journée 4)

- Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques
  - Premiers Secours dans la crise psychotique sévère
  - Premiers Secours pour les troubles psychotiques (hors crise)
- Trouble lié à l'utilisation de substances
  - Signes, symptômes
  - Interventions
- Le plan d'action PSSM pour le trouble lié à l'utilisation de substances
  - Premiers Secours pour les troubles liés à l'utilisation de substances (hors crise)
  - Premiers Secours en cas d'intoxication à la substance
  - Premiers Secours dans les conduites agressives
  - Urgences médicales
- Conclusion

## Évaluation

- Questionnaires de satisfaction à froid (Alfapsy & PSSM France)

# Premiers Secours en Santé Mentale - Module Jeunes



Les Premiers Secours en Santé Mentale, module Jeunes constituent l'aide qui est apportée à un jeune en souffrance psychique. Cette formation validée scientifiquement est destinée à tout adulte qui travaille ou vit avec des adolescents et jeunes majeurs (professionnels, parents...). Son objectif est de permettre un accompagnement et un repérage plus adaptés en matière de santé mentale chez les jeunes ainsi qu'une orientation efficace vers le soin et la prévention.

 **Durée** : 14 heures (2 jours ou 4 demi-journées)

 **Tarifs** :

- Inscription de groupe : sur devis pour 8 à 16 personnes
- Inscription individuelle : 250€

 **Lieu** : Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenant** : un formateur accrédité PSSM France

 **Prérequis** : aucun

## **Public concerné**

Tout public adulte qui travaille ou vit avec des adolescents et jeunes majeurs (professionnels, parents, etc.).

## **Objectifs pédagogiques**

- Renforcer ses connaissances sur le développement global à l'adolescence.
- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale, spécialement chez les jeunes.
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale.
- Développer des compétences relationnelles (écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée).

## Une formation PSSM France



formatrice  
accréditée



formateur  
accrédité

## **Programme de la formation**

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux jeunes qui subissent le début de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles existants de santé mentale, ou des crises de santé mentale.

Des troubles de santé mentale :

- Dépression
- Problèmes d'anxiété
- Troubles du comportement alimentaire
- Psychose
- Problèmes liés à la dépendance

Crises en santé mentale :

- Pensées et comportements suicidaires
- Automutilations non suicidaires
- Attaques de panique
- Evènements traumatiques
- Etats sévères de psychoses
- Effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances psychoactives
- Comportements agressifs

## **Méthodes pédagogiques**

Une démarche pédagogique participative privilégiant :

- Activités individuelles ou en sous-groupes : jeux, études de situations concrètes, exercices d'application du plan d'action PSSM.
- Des mises en situation concrètes : jeu de rôle, simulation.

Des supports pédagogiques variés :

- Support de présentation PSSM suivant pas à pas le déroulé de la formation.
- Vidéos PSSM de témoignages et fictions, vidéos de démonstration de ressources.
- Scénarios de situations de PSSM.
- Un manuel de Secourisme de Santé Mentale remis à chaque participant.

## **Évaluation**

- Questionnaires de satisfaction à froid (Alfapsy & PSSM France).

# Initiation à la santé mentale et au bien-être au travail



Découvrir et se sensibiliser aux notions de santé mentale et de souffrance psychique. Savoir établir un plan de bien-être individuel et collectif pour favoriser la santé mentale au travail.

 **Durée** : 2 jours

 **Tarif** :

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu** : Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants** : un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis** : aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur privé (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Se repérer dans les notions de santé mentale, troubles psychiques, souffrance au travail.
- Identifier la pluralité des déterminants de la santé mentale au travail (les obstacles et les ressources).
- Modifier son regard et sa posture auprès de personnes en souffrance psychique.
- Savoir établir un plan de bien-être individuel et collectif pour favoriser la santé mentale au travail.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérimentiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Notions de santé mentale, de troubles psychiques et de souffrance psychique : représentations et apports théoriques.
- Les déterminants de la santé mentale au travail : les obstacles et les ressources.
- L'aide apportée aux personnes ayant un problème de santé mentale : situations pratiques.

### **Jour 2**

- Présentation de la méthodologie d'un plan d'action de bien-être au travail.
- Développement d'un plan de bien-être au travail à partir des situations rencontrées par les professionnels.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Comprendre les modes d'expression des troubles psychiques



**Mieux comprendre le vécu subjectif et les modes d'expression des troubles psychiques.**

**Promouvoir un accompagnement ajusté aux besoins des personnes tout en favorisant leur pouvoir d'agir.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Mieux comprendre le vécu subjectif des personnes concernées par un problème de santé mentale afin de modifier son regard et sa posture d'accompagnement.
- Savoir identifier les principaux modes d'expression de la souffrance/du handicap psychique afin de s'y ajuster avec bienveillance.
- Disposer de stratégies d'accompagnement et d'outils promouvant le pouvoir d'agir et la prise en compte des besoins des personnes.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Les notions de santé mentale et de handicap « invisible » : perspective historique et enjeux contemporains.
- Les modes d'expressions des troubles psychiques sur le plan émotionnel, cognitif et comportemental.
- L'expression verbale et non verbale de la souffrance psychique.
- L'ajustement relationnel : travailler sur sa posture dans la relation d'aide à partir de situations concrètes.

### **Jour 2**

- Les déterminants de la santé mentale d'une personne (obstacles et ressources sur le plan individuel et collectif).
- Le pouvoir d'agir et la prise en compte du savoir expérientiel des personnes atteintes de troubles psychiques.
- Les outils d'auto-support et leurs modes d'appropriation : exemple du plan de crise GPS (Guide Prévention et Soins).
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Initiation aux troubles du comportement alimentaire



Mieux comprendre les Troubles du Comportement Alimentaire (TCA) afin de changer les regards et sortir des représentations erronées et souvent négatives qui impactent le parcours de rétablissement des personnes concernées.

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Connaître et reconnaître les différents TCA.
- Mieux comprendre la souffrance des personnes concernées au-delà des symptômes.
- Modifier son regard sur les TCA afin de sortir des idées reçues et des représentations négatives.
- Bénéficier de points de repères concernant l'accompagnement et le soutien des personnes en prise avec un TCA ainsi que de leurs proches.
- Savoir questionner les pratiques et comprendre la complexité des prises en charge.
- Se familiariser avec les recommandations de prises en charge et les approches au service du rétablissement et de la guérison des patients TCA.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérimentiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Définition et illustration des Troubles du Comportement Alimentaire (TCA) : anorexie, boulimie, hyperphagie, troubles atypiques, points communs, questions de l'IMC et du surpoids.
- Expérimentation de l'alimentation en pleine conscience.
- Les représentations sociales et professionnelles relatives aux Troubles Alimentaires : idées reçues, erreurs à éviter.

### **Jour 2**

- Les modalités de soutien et d'accompagnement des personnes souffrant de TCA et de leurs proches.
- Présentation du concept de « santé alimentaire ».
- Recommandations de bonne pratique et complexité des prises en charge : un accompagnement pluridisciplinaire.
- Les interventions complémentaires : l'exemple de l'approche des TCA par la Pleine Conscience.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Situation de violence, la comprendre pour mieux la traverser



Analyser les déterminants d'une situation de violence afin de la prévenir, de s'en protéger, de mieux la réguler. Disposer de stratégies individuelles et collectives de gestion de situations conflictuelles.

 Durée : 2 jours

 Tarif :  
• Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 Lieu : Pantin ou in situ à la demande

 Intervenants : un formateur professionnel et un formateur pair

 Prérequis : aucun

## Public concerné

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## Objectifs pédagogiques

- Identifier et clarifier les situations de violence.
- Prendre en compte ses ressentis et émotions.
- Établir un cadre sécurisant.
- Éviter l'escalade, gérer des situations sous tension.

## Méthodes pédagogiques

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## Programme de la formation

### Jour 1

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Notions de violence, d'agressivité, de conflit.
- Prendre en compte ses propres ressentis et émotions.
- Identifier les signes de tension chez l'interlocuteur.
- Prévenir et gérer des situations de violence en entretien, en groupe.

### Jour 2

- La communication non violente : théorie et pratique.
- Limiter les situations de violence : cadre et communication.
- Évaluation à chaud de la formation.

## Évaluation

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Comprendre les mécanismes de la stigmatisation en santé mentale



**Sensibiliser les professionnels aux impacts de la stigmatisation sur la santé mentale et l'inclusion sociale des personnes accompagnées. L'animation en binôme par un formateur-pair et un formateur professionnel favorise la modification des représentations et des pratiques vers une relation de partenariat tenant compte des ressources et du savoir expérientiel des personnes concernées.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Comprendre les mécanismes de stigmatisation et de stigmatisation intériorisée en santé mentale.
- Interroger ses propres représentations et ses pratiques d'accompagnement.
- Promouvoir des actions de déstigmatisation et la prise en compte du savoir expérientiel des personnes accompagnées.
- Se sensibiliser aux notions de rétablissement, d'empowerment et d'inclusion sociale en santé mentale.
- Promouvoir le partage du pouvoir dans l'accompagnement : illustration à partir du projet de vie personnalisé.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Le vécu subjectif des personnes concernées par un trouble psychique : l'impact de la stigmatisation.
- Définition de la stigmatisation et des mécanismes psychosociaux à l'œuvre.
- Les préjugés à l'égard de la psychiatrie et des personnes en situation de handicap psychiques.
- Focus sur les idées reçues les plus fréquentes : la dangerosité, l'incurabilité, l'incapacité, l'irresponsabilité.
- La notion de stigmatisation intériorisée : impacts sur l'estime de soi, le rétablissement personnel et l'inclusion sociale des personnes concernées.

### **Jour 2**

- Le savoir expérientiel comme puissant levier de destigmatisation : comprendre la personne derrière son trouble.
- Initiation aux actions de destigmatisation en santé mentale.
- Exploration des représentations et des connaissances relatives au concept de rétablissement.
- La perspective du rétablissement expérientiel : un changement de paradigme dans l'accompagnement des personnes.

- Les facteurs individuels et collectifs du rétablissement : comment les repérer pour mieux les soutenir ?
- L'empowerment et l'inclusion sociale : quels déterminants institutionnels et sociétaux ?
- Le partage du pouvoir dans la relation : les enjeux d'un accompagnement fondé sur la coopération.
- Focus sur le projet de vie individualisé.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Santé mentale et vieillissement



Cette formation vise à mieux comprendre les enjeux relatifs à la santé mentale des personnes vieillissantes, en particulier chez les personnes en situation de handicap psychique et/ou mental, afin de promouvoir un accompagnement tenant compte de leurs difficultés et besoins, ainsi que de leurs ressources.

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Identifier les déterminants de la santé mentale des personnes vieillissantes.
- Mieux comprendre les effets du vieillissement et le continuum entre le vieillissement « normal » et « pathologique ».
- Savoir ajuster sa posture d'accompagnement en tenant compte des difficultés et besoins, ainsi que des ressources des personnes âgées concernées par une situation de handicap psychique et/ ou mental.
- Mieux comprendre le vécu de l'entourage et favoriser un travail en partenariat avec les aidants familiaux.
- Se sensibiliser aux enjeux éthiques relatifs à l'accompagnement à la fin de vie.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Notions de santé mentale et de troubles psychiques dans le vieillissement : approches développementales « life span ».
- Les déterminants de la santé mentale des personnes âgées (obstacles et ressources).
- L'impact des représentations sociales du vieillissement.
- Les particularités du vieillissement des personnes en situation de handicap mental et/ou psychique : impacts sur la vie quotidienne.

### **Jour 2**

- L'accompagnement ajusté aux difficultés, besoins et ressources des personnes âgées en situation de handicap : posture, communication, outils de médiations.
- Places et rôles des aidants familiaux et des aidants professionnels.
- Les enjeux éthiques relatifs à la question de l'accompagnement à la fin de vie.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# L'impact des discriminations raciales sur la santé mentale



**Sensibiliser les professionnels à l'impact du racisme sur la santé mentale des personnes. À partir d'un éclairage historique, clinique et social, il s'agit d'apporter aux participant.e.s des clés de compréhension et d'intervention pour reconnaître et limiter la violence du racisme auprès des personnes concernées.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Comprendre les mécanismes de la discrimination à partir des notions de stéréotypes, biais cognitifs et d'oppressions systémiques.
- Appréhender les dimensions historiques et systémiques du racisme.
- Identifier les impacts du racisme sur la santé mentale des personnes.
- Analyser de manière réflexive ses représentations et ses attitudes envers les personnes racisées.
- Savoir ajuster son regard et sa posture professionnelle afin de reconnaître et limiter la violence du racisme auprès des personnes concernées.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Coconstruction du cadre de la formation : les termes évoqués, une parole située.
- Les mécanismes de la discrimination : définition des concepts de stéréotypes, biais cognitifs, oppressions systémiques.
- Les soubassements historiques du racisme et ses liens intrinsèques avec l'organisation sociale.
- Les impacts du racisme sur la santé mentale et somatique des personnes.
- Les concepts de "trauma racial" et de "microaggressions raciales" et leurs retentissements sur le vécu subjectifs des personnes racisées.

### **Jour 2**

- La prise en compte du contexte social et de l'environnement sociétal des personnes racisées dans leur accompagnement.
- Dans un cadre bienveillant et sécurisant : analyse réflexive de ses représentations et de ses postures en tant que professionnel.le envers les personnes racisées.

- Coconstruction de modalités d'accompagnement permettant de mieux reconnaître et limiter la violence du racisme auprès des personnes concernées.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quiz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences.

# Accompagner les usages et les mésusages de l'alcool



Identifier et mieux comprendre la complexité des facteurs en jeu dans la consommation de l'alcool et le risque de dépendance. Modifier son regard porté sur les personnes ayant un mésusage de l'alcool pour mieux les accompagner.

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Mieux appréhender la dimension historique, législative et culturelle de l'alcool.
- Se repérer dans les notions de dépendance, addiction, usage et mésusage de l'alcool.
- Identifier les facteurs de risque et de protection des mésusages de l'alcool.
- Modifier son regard porté sur les personnes souffrant d'alcool-dépendance.
- Aider les professionnels à mieux accompagner les personnes en difficulté : l'offre de soins.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Perspective historique et enjeux contemporains de l'usage et du mésusage de l'alcool.
- Exploration des représentations autour de la consommation de l'alcool
- Définition d'un vocabulaire commun (addiction, dépendance, usage, mésusage, réduction des risques et abstinence).
- Alcool et cadre législatif.
- Parcours expérientiel : « du rose au noir ».

### **Jour 2**

- Les déterminants des mésusages de l'alcool : facteurs de vulnérabilité et de protection.
- L'entrée en relation et l'accompagnement aux soins : l'offre de soins.
- Les malades et leur entourage : la co-dépendance.
- Comment accompagner au mieux les personnes : situations pratiques.

- Parcours de rétablissement et conduites alcooliques
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Prévenir le suicide : rencontrer, évaluer et intervenir



**Soutenir les professionnels de l'action sociale dans une meilleure appréhension des enjeux de santé publique et des questionnements éthiques relatifs à la prévention du suicide en France. À partir d'une démarche d'exploration de leurs représentations autour de la problématique du suicide, il s'agit d'accompagner les professionnels dans une meilleure compréhension de la crise suicidaire et de l'ensemble des facteurs en jeu dans ce processus. Elle doit également leur permettre de disposer de stratégies en matière d'évaluation du potentiel suicidaire et de dispositifs d'intervention favorables à la prévention du risque suicidaire et à l'accompagnement de la personne et de son entourage dans la traversée de cette épreuve existentielle.**

 **Durée :** 3 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Mieux comprendre les enjeux de santé publique et les questionnements éthiques relatifs à la prévention du suicide en France.
- Identifier ses propres représentations vis-à-vis de la problématique du suicide.
- Définir sa posture d'intervention dans la relation avec une personne en crise suicidaire.
- Savoir s'appuyer sur un modèle d'évaluation du potentiel suicidaire pour mieux orienter la personne.

- Disposer de stratégies d'interventions validées dans la prévention du risque suicidaire.
- Explorer ses ressources internes et externes favorables à la régulation des éprouvés intenses et des contre-attitudes face à une personne en crise suicidaire.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Débat mouvant visant à explorer les représentations des professionnels (croyances, valeurs) quant à la problématique du suicide.
- Les modalités et les enjeux de la prévention du suicide en France.
- Les facteurs en jeu dans le suicide (facteurs prédisposants, facteurs précipitants, signaux d'alerte et facteurs protecteurs).

- La phénoménologie du suicide : approche croisée (modèles théoriques contemporains et savoirs expérientiels).

### **Jour 2**

- Le positionnement éthique et moral du professionnel dans la rencontre avec une personne en crise suicidaire.
- Les dimensions relationnelles favorables à l'exploration du processus suicidaire : posture et style d'intervention.
- Le modèle d'évaluation du potentiel suicidaire : évaluation de l'urgence, du danger, du risque, des facteurs précipitants et de la « capacité acquise » à se suicider.
- L'information et l'implication des proches et du réseau habituel de la personne en crise suicidaire.

*Suite du programme détaillé en pages suivantes.*

# Prévenir le suicide : rencontrer, évaluer et intervenir



## Jour 3

- Présentation de l'approche orientée par les solutions : rétrospective historique, principes fondateurs et données contemporaines dans le cadre de la prévention du suicide.
- Mises en situation dans un cadre bienveillant et non jugeant à partir de l'approche orientée par les solutions.
- Exploration des ressources internes et externes favorables à la régulation des éprouvés intenses et des contre-attitudes face à une personne en crise suicidaire.
- Évaluation à chaud de la formation.

## 🔄 Évaluation

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quiz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences.

# Santé mentale et périnatalité : approches et pratiques



Cette formation vise à sensibiliser les professionnel.le.s, personnes concernées et aidant.e.s aux enjeux de santé mentale dans la période périnatale.

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- S'approprier des outils pratiques et pragmatiques pour développer son pouvoir d'agir et/ou accompagner celui des personnes concernées dans une perspective de promotion de la santé mentale dans la période périnatale.
- Réfléchir sur sa posture en tant qu'aidant.e ou professionnel.le de l'accompagnement et agir pour créer des conditions favorables à l'écoute des parents.
- Redéfinir les enjeux sociaux et psychologiques du post-partum en sortant d'un regard strictement technique et médical.
- Ouvrir son regard aux enjeux de la parentalité des personnes en situation de minorité.
- Comprendre les griefs formulés à l'occasion des débats autour des violences dites obstétricales et gynécologiques.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

- Bibliographie et supports électroniques partagés avant la formation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Exploration des représentations et des connaissances relatives à la santé mentale dans la période périnatale.
- Santé mentale et périnatalité : quels déterminants institutionnels, environnementaux et sociaux ?
- Mieux comprendre l'influence des parcours de soins sur la santé mentale en analysant de manière réflexive les débats actuels autour des violences dites obstétricales et gynécologiques, du consentement et de l'information.

### **Jour 2**

- Témoignage / récit de vie : l'expérience des troubles de santé mentale et la périnatalité (discussions, échanges interactifs).
- Savoir créer les conditions favorables à l'expression des besoins et/ou difficultés des personnes en termes de santé mentale durant la périnatalité.

- Troubles de santé mentale en période périnatale : repérer les forces individuelles et collectives dans une optique de prévention et de rétablissement.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Santé mentale et qualité du sommeil



**Sensibiliser les professionnels aux approches et pratiques qui renforcent la santé mentale par l'amélioration de la qualité du sommeil. Mettre en lumière les divers facteurs qui prédisposent et perpétuent les troubles du sommeil, notamment l'insomnie, afin d'accompagner au mieux les personnes qui en souffrent, selon les dernières recommandations internationales.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Comprendre l'impact de la qualité du sommeil sur la santé mentale des personnes (modèle vulnérabilité- stress-compétences).
- Identifier les fonctions du sommeil et les conséquences d'une dette de sommeil chronique.
- Mieux comprendre le vécu subjectif des personnes concernées par un problème d'insomnie chronique.
- Disposer de stratégies d'accompagnement efficaces pour prévenir et réduire les problèmes d'insomnie chez les personnes concernées.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérimentiels, professionnels et académiques (démarche participative et coconstruction).
- Brainstormings, exposés et échanges interactifs, mises en situation, vignette clinique, travail individuel et/ou en sous-groupe avec retour collectif.
- Présentation d'outils/programmes interactifs directement applicables.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Les déterminants de la santé mentale : obstacles et ressources.
- Liens entre la santé mentale et la qualité du sommeil (modèle vulnérabilité-stress-compétences).
- Le vécu et les ressources des personnes souffrant de trouble du sommeil.
- Handicap psychique, stigmatisation et auto-stigmatisation.
- La place du sommeil dans les parcours de rétablissement en santé mentale.

### **Jour 2**

- Les fonctions du sommeil.
- Régulation de l'alternance veille/sommeil et dettes de sommeil.
- Techniques d'exploration du sommeil.
- Classifications internationales des pathologies du sommeil.

- L'insomnie (prévalence, origines, distorsions cognitives et vécu expérimentiel).
- Les recommandations internationales de prise en charge de l'insomnie.
- La psychoéducation de l'insomnie.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quiz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences.

# Santé mentale et troubles obsessionnels compulsifs (TOC)



**Sensibiliser les professionnels aux approches et pratiques liées à l'accompagnement des personnes souffrant de TOC. Il s'agit de mettre en lumière les divers facteurs à l'origine de l'apparition, du maintien et du vécu douloureux des symptômes obsessionnels et compulsifs afin d'acquérir des compétences spécifiques, selon les dernières recommandations internationales, pour accompagner les personnes concernées dans leur rétablissement.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Identifier la pluralité des manifestations symptomatiques du TOC.
- Connaître l'origine et l'évolution de ce trouble.
- Mieux comprendre le vécu subjectif des personnes concernées par des pensées obsessionnelles et/ou des compulsions.
- Disposer de stratégies d'accompagnement efficaces pour promouvoir le rétablissement des personnes concernées.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques (démarche participative et coconstruction).
- Brainstormings, exposés et échanges interactifs, mises en situation, vignette clinique, travail individuel et/ou en sous-groupe avec retour collectif.
- Présentation d'outils/programmes interactifs directement applicables.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1 : Introduction aux troubles obsessionnels compulsifs.**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Avant-propos sur la santé mentale et le rétablissement
- Généralités sur les TOC (définitions, critères diagnostiques et manifestations cliniques).
- Épidémiologie et origines neuropsychopathologiques
- Évolutions et comorbidités.
- Vécu et ressources des personnes souffrant de TOC.

### **Jour 2 : Accompagner les personnes atteintes de TOC vers le rétablissement.**

- Stigmatisation, autostigmatisation et accès aux soins
- Traitements médicamenteux et neuromodulation.
- Thérapies cognitivo-comportementales et psychoéducation.
- Entretien motivationnel.
- Approches relationnelles facilitantes.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

**TocToMe**  
*Le combat continue...*

Cette formation a été développée en partenariat avec l'**association TocToMe**

# Accompagner à la vie affective et sexuelle les personnes en situation de handicap psychique



**Découvrir et se sensibiliser à la prise en compte de l'accompagnement à la vie affective et sexuelle des personnes en situation de handicap psychique. Identifier des perspectives concrètes d'accompagnement sur les plans individuel et institutionnel, en incluant le travail en réseau avec les partenaires de proximité.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Comprendre l'intérêt et les enjeux d'un accompagnement à la vie affective et sexuelle sur les plans individuel et institutionnel.
- Identifier les droits fondamentaux des personnes en situation de handicap psychique dans le champ de la vie sexuelle et affective.
- Se familiariser avec les concepts clés : estime de soi, amitié, consentement, sexualité, parentalité, et mieux comprendre le vécu et les besoins subjectifs des personnes concernées.
- Disposer d'outils concrets permettant de mettre en œuvre des actions de sensibilisation, de prévention et d'accompagnement des personnes.
- Réfléchir au travail en réseau avec les partenaires de proximité.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Exploration des représentations des participants quant à la vie affective et sexuelle des personnes en situation de handicap psychique.
- Perspective historique et état des lieux juridique : les droits fondamentaux des personnes en situation de handicap.
- Estime de soi, amitié, consentement, sexualité, parentalité : des concepts clés au vécu subjectif des personnes concernées.
- Les enjeux éducatifs et éthiques de l'accompagnement à la vie sexuelle et affective : comment concilier actions de prévention, bientraitance et respect des droits individuels.

### **Jour 2**

- La prise en compte de la vie sexuelle et affective des personnes accompagnées au sein de l'institution : partage d'expériences autour de situations clés.
- Les outils de sensibilisation, de prévention et d'éducation. Exemple des groupes de parole.

- Mise en situation d'animation en petits groupes.
- Le travail en réseau avec les partenaires de proximité.
- Conclusion et évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quiz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences.

# Processus de rétablissement, concepts et déclinaisons

## Formations professionnelles courtes



Les formations proposées dans cette catégorie portent sur le processus de rétablissement. Elles présentent les concepts qui y sont associés ainsi que les différentes déclinaisons possibles liées à ce changement de paradigme.

### Sommaire

Initiation au concept de rétablissement.....	54
Rétablissement et Insight.....	56
Empowerment, concepts et pratiques.....	58
Rétablissement et réhabilitation psychosociale.....	60
Rétablissement et Psychanalyse.....	62

### Les formations en développement

- Rétablissement et précarité
- Rétablissement et discriminations des personnes racisées
- Rétablissement et troubles alimentaires
- Rétablissement et troubles de l'humeur
- Rétablissement et phénomènes hallucinatoires
- Rétablissement et troubles de la communication

# Initiation au concept de rétablissement



**Sensibiliser les professionnels à un changement global de paradigme centré sur les concepts de rétablissement, d'empowerment et d'inclusion sociale, dans le champ de l'accompagnement des personnes en situation de vulnérabilité psychique et sociale.**

 **Durée :** 3 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Questionner pour mieux s'approprier la notion de rétablissement.
- Comprendre les enjeux d'un changement de paradigme centré sur le rétablissement.
- Identifier les obstacles et les ressources du rétablissement sur le plan relationnel, institutionnel et politique.
- Promouvoir le savoir expérientiel chez les personnes accompagnées.
- Réfléchir sur sa posture en tant que professionnel de l'accompagnement.
- Agir sur les conditions favorables au rétablissement, à l'empowerment et à l'inclusion sociale au sein de son institution.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Exploration des représentations et des connaissances relatives au concept de rétablissement.
- Récit d'expérience d'un processus de rétablissement : repérer les facteurs individuels et collectifs.
- La perspective du rétablissement expérientiel : un changement de paradigme dans l'accompagnement des personnes (perspective historique et enjeux contemporains).
- L'empowerment et l'inclusion sociale : quels déterminants institutionnels et sociétaux ?

### **Jour 2**

- Découvrir une approche fondée sur les forces et les ressources des personnes concernées.
- La reconnaissance du savoir expérientiel dans l'accompagnement des personnes et la pratique de la pair-aidance.

### **Jour 3**

- Les outils du rétablissement (présentation et mise en situation) : le GPS, AERES et ELADEB, etc.

- Travaux en sous-groupes autour d'un ou plusieurs axes de changements individuels et institutionnels afin de promouvoir le rétablissement des personnes accompagnées (exercice CAT).
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Rétablissement et Insight



**Mieux comprendre les intrications entre le processus de rétablissement et le développement de l'insight des personnes ayant un problème de santé mentale. Travailler sur sa posture et ses savoir-faire pour accompagner le déploiement des ressources des personnes et limiter les impasses relationnelles.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** avoir suivi la formation 'Initiation au concept de rétablissement'

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Mieux comprendre la complexité et la pluridimensionnalité du concept d'insight en santé mentale et ses intrications avec le processus de rétablissement.
- Adopter une posture et des savoir-faire pour accompagner le déploiement des ressources des personnes et limiter les impasses relationnelles.
- S'approprier des outils d'auto-support favorables au développement de l'insight.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- L'insight : un processus multidimensionnel (approche pluri-théorique).
- Insight et rétablissement : des processus aux multiples intrications.
- Les facteurs en jeu dans l'accompagnement de l'insight : information, formation, (auto-)stigmatisation et affects dépressifs.
- Insight et outisght : le poids des mots et du regard professionnel

### **Jour 2**

- L'insight du rétablissement : travailler sur les ressources, les forces et les projets de vie des personnes.
- La posture et les savoir-faire limitant les impasses relationnelles.
- Exemples d'outils d'auto-support favorables au développement de l'insight.

- Insight et rétablissement : quelles transformations institutionnelles ?
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Empowerment, concepts et pratiques



**Sensibiliser les professionnels à un changement de paradigme centré sur les concepts d'empowerment et du développement du pouvoir d'agir dans le champ de l'accompagnement des personnes en situation de vulnérabilité psychique et sociale.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Situer la notion dans différents contextes.
- Comprendre les enjeux d'un changement de paradigme centré sur l'empowerment.
- S'approprier l'approche dans les secteurs de l'action sociale, médico-sociale et sanitaire.
- Connaître des modalités d'interventions soutenant le pouvoir d'agir.
- Promouvoir le savoir expérientiel chez les personnes accompagnées.
- Réfléchir sur sa posture en tant que professionnel de l'accompagnement.
- Définir les conditions favorables à l'empowerment dans son institution.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Exploration des représentations et des connaissances relatives au concept de l'empowerment.
- Présentation d'approches au service de l'empowerment.

### **Jour 2**

- Empowerment et travail social : enjeux et repères.
- Évolutions des pratiques professionnelles et organisationnelles : quelle institution idéale demain pour favoriser l'empowerment ?
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Rétablissement et réhabilitation psychosociale



Cette formation vise à explorer les approches et pratiques de la réhabilitation psychosociale sous le prisme du soutien à l'autodétermination et du savoir expérientiel, et dans le cadre d'un accompagnement inclusif et intégratif. Il s'agit de mettre en lumière la diversité des parcours de réhabilitation psychosociale au regard des enjeux relatifs au paradigme du rétablissement en santé mentale.

 **Durée** : 2 jours

 **Tarif** :

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu** : Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants** : un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis** : avoir suivi la formation 'Initiation au concept de rétablissement'

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Mettre en perspective les concepts de rétablissement, de réhabilitation psychosociale et réadaptation, aux regard de la pratique actuelle.
- Mieux comprendre les enjeux d'un parcours de réhabilitation psychosociale orienté par les principes du rétablissement. Et coconstruire des accompagnements propices (promotion du savoir expérientiel, de l'empowerment et de l'inclusion sociale).
- Penser un parcours intégratif, inclusif et coordonné au service d'une approche holistique et individualisée. Et dégager des pistes d'évolution.
- Réfléchir sur sa posture en tant que professionnel de l'accompagnement.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Perspectives historiques et scientifiques croisées des courants du rétablissement et de la réhabilitation psychosociale.
- Dynamiques contemporaines de la complémentarité de ces approches.
- De critères d'efficacité fondées sur la normativité à des indicateurs subjectifs du bien-être : l'exemple de la réinsertion professionnelle.

### **Jour 2**

- Enjeux et perspectives d'accompagnement : d'une méthodologie préconçue et sélective à un accueil inconditionnel vers des parcours multiformes, flexibles, intégratifs et coordonnés.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Rétablissement et Psychanalyse



**Discuter des principaux points de convergence et de divergence entre le paradigme du rétablissement et les principes majeurs de la psychanalyse. Cette mise en perspective autour de la notion de souffrance psychosociale et de la question de l'émancipation, permettra de réfléchir à l'articulation de pratiques issues de ces deux approches.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Analyser les apports et les limitations de la psychanalyse et de l'approche rétablissement.
- Articuler les connaissances de l'approche rétablissement et de la psychanalyse : quelles possibilités ?
- S'approprier des outils et des connaissances issues de la psychanalyse et de l'approche rétablissement pour les adapter aux pratiques professionnelles.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- 1. De la souffrance psychosociale à l'émergence de la psychanalyse et du rétablissement
  - Définition des notions de trouble psychique, handicap psychique, souffrance psychique et santé mentale.
  - Définition des notions de précarité sociale, vulnérabilité sociale et exclusion sociale.
  - Mieux comprendre le contexte socio-historique de l'origine de la psychanalyse et du rétablissement.
  - Questionner la notion de normalité en santé mentale : aller mieux, guérir, se rétablir ?
- 2. La reconnaissance du sujet
  - La prise en compte de la singularité : personne, individu, sujet, acteur, agent ?
  - Les transformations contemporaines de la figure du patient : usager, agent ?
  - La reconnaissance du « savoir expérientiel » dans la perspective du rétablissement : quels parallèles avec

“l'inconscient du bon sens” dans la psychanalyse ?

- Le transfert et le contre-transfert dans la pratique professionnelle.

### **Jour 2**

1. Les rôles dans la relation d'aide
  - Réflexions sur la prise en compte de l'altérité et du caractère asymétrique de la relation d'aide.
  - Les effets du changement des rôles dans la psychothérapie institutionnelle.
  - Les styles de communication mobilisés par l'approche rétablissement et la psychanalyse.
  - La juste proximité professionnelle et l'aire transitionnelle.
2. Le rétablissement et la psychanalyse : une quête d'émancipation ?
  - La quête de l'émancipation et de l'auto-détermination dans la perspective du rétablissement et de la psychanalyse.
  - Les effets de la désinstitutionalisation.

*Suite du programme détaillé en page suivante.*

# Rétablissement et Psychanalyse



- Synthèse et analyse collective des principes du rétablissement et de la psychanalyse.
- Évaluation à chaud de la formation.

## Évaluation

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quiz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences.

# Les pratiques et outils orientés rétablissement

## Formations professionnelles courtes



Les formations proposées dans cette catégories portent sur les pratiques et outils utilisés dans l'approche rétablissement. Elles donnent des clés aux professionnels pour axer leur pratique quotidienne sur cette attitude.

### Sommaire

La participation des personnes concernées .....	68
La sensibilisation à l'Éducation Thérapeutique du Patient.....	70
Éducation Thérapeutique du Patient - Niveau 1 (40h) .....	74
Initiation aux approches psychocorporelles.....	78
Être case manager au service du rétablissement en santé mentale .....	80
Le récit de soi et la narration au service du rétablissement personnel.....	82
Rétablissement et récit de vie par le conte métaphorique.....	84

### Les formations en développement

- La remédiation cognitive
- PEPS, outil pour l'émergence de projets auto-déterminés
- Entraînement aux habilités sociales et conversationnelles
- TCC basées sur la pleine conscience (MBCT et ACT)
- Les outils d'auto-supports
- L'approche par les forces
- Remédiation cognitive : approches stratégiques du pouvoir d'agir

# La participation des personnes concernées



Mieux appréhender les enjeux démocratiques relatifs à la notion de participation des personnes concernées. Découvrir la pluralité des pratiques et des outils permettant de favoriser la participation des personnes concernées à la vie institutionnelle et civile.

 **Durée** : 1 jour

 **Tarif** :

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu** : Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants** : un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis** : aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Analyser les enjeux démocratiques liés à la participation des personnes concernées.
- Comprendre les différents niveaux de participation et savoir les mobiliser avec pertinence en fonction des contextes et des objectifs poursuivis.
- S'approprier des pratiques et des outils favorisant la mise en œuvre effective de la participation institutionnelle et citoyenne des personnes concernées.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Brainstorming sur les représentations de chacun quant à la participation ainsi que sur ses modalités de mise en œuvre actuelles au sein de l'institution.
- Définition de la participation, de ses champs d'application et de ses différents niveaux d'effectivité
- Comment favoriser davantage la participation au sein des différentes sphères de l'institution (processus d'admission, de recrutement, fonctionnement quotidien, instances décisionnels, etc.).
- Comment permettre la participation citoyenne des personnes concernées (élections, associations d'usagers, instances de représentations, plaidoyer, etc.).
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# La sensibilisation à l'Éducation Thérapeutique du Patient



**Soutenir le développement de compétences du patient dans la gestion de sa maladie et de son traitement.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Sensibiliser les professionnels de santé à l'approche de l'éducation thérapeutique du patient souffrant d'un trouble psychique.
- Clarifier les différents concepts en lien avec la démarche d'éducation thérapeutique du patient et son entourage en psychiatrie.
- Présenter le cadre réglementaire, les définitions et la méthodologie Éducation thérapeutique selon les recommandations de l'HAS.
- Sensibiliser les professionnels à l'approche holistique en psychiatrie afin de favoriser l'empowerment des patients vers le rétablissement en santé mentale.
- Présenter le cahier des charges de demande d'autorisation d'un programme d'éducation thérapeutique auprès de l'ARS.
- Présenter le référentiel des compétences pour dispenser l'ETP.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- L'approche de l'éducation thérapeutique en psychiatrie
  - Représentation santé/santé mentale :
    - Orientations politique de santé/évolution de la perception et du rôle des usagers en santé mentale ;
    - Distinguer Éducation pour la santé/éducation thérapeutique.
  - Les généralités et concepts ETP :
    - Présentation du cadre règlementaire, des définitions et de la méthodologie ETP selon les recommandations de l'HAS ;
    - Définir les différentes étapes et les finalités de la démarche ETP.

- Identifier les spécificités de l'ETP dans le champ de la santé.
- Initier la démarche ETP (1/2)
  - Étape 1 - Le bilan éducatif :
    - Objectifs et composantes du bilan éducatif ;
    - Réaliser une trame de bilan éducatif ;
    - Repérer les capacités du patient, les ressources, les difficultés et les besoins d'aide identifiés avec le patient.

### **Jour 2**

- Initier la démarche ETP : les étapes de la démarche éducative (suite - 2/2)
  - Instaurer une dynamique de changement - L'approche motivationnelle :
    - Approche holistique/empowerment/rétablissement;
    - Mise en œuvre des différentes étapes de conception d'un programme ETP en psychiatrie.

*Suite du programme détaillé en page suivante.*

# La sensibilisation à l'Éducation Thérapeutique du Patient



- Étape 2 - Formalisation des objectifs pédagogiques :
    - Apports théoriques et méthodologiques pour la formalisation des objectifs thérapeutiques d'un programme ETP;
    - Clarifier les objectifs pédagogiques/Compétences à développer et/ou à acquérir du patient;
    - Clarifier les compétences d'auto-soins et les compétences d'adaptation;
    - Reconnaître les différents savoirs et prendre en compte le savoir expérientiel.
  - Étape 3 - Mise en œuvre d'un programme ETP en psychiatrie :
    - Planifier et mettre en œuvre les séances ETP d'un programme : individuelle, collective et/ou en alternance.
  - Étape 4 - Évaluation des compétences acquises par le patient et évaluation globale du programme :
    - Présentation du cahier des charges de demande d'autorisation d'un programme ETP.
- Identifier les compétences requises pour les soignants pour dispenser l'ETP (référentiel de compétences pour dispenser ETP - INPES juin 2013).
  - Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quiz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences.

# Éducation Thérapeutique du Patient - Niveau 1 (40h)



**Se former à l'Education thérapeutique du patient dans une démarche favorisant le développement du pouvoir d'agir, le processus de rétablissement et la reconnaissance du savoir expérientiel des personnes concernées par un problème de santé mentale.**

 **Durée :** 6 jours (3 fois 2 jours)

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** connaissances médicales et paramédicales dans la pratique de l'éducation en direction des patients

## **Public concerné**

Tout professionnel de santé du secteur social, médico-social et sanitaire (dont les médiateurs de santé pairs).

Le programme prend en compte la multiplicité des compétences requises pour la pratique de l'éducation thérapeutique, au sein d'une équipe pluridisciplinaire.

Aucun module n'est cependant prévu sur les compétences biomédicales et de soins dans la mesure où le public à qui s'adresse cette formation est composé de professionnels de santé ayant une expérience de suivi médical et paramédical de patients atteints d'une pathologie chronique ou des médiateurs de santé pairs ayant une expérience du vécu de leur maladie et un DU. Les connaissances médicales et paramédicales indispensables dans la pratique de l'éducation en direction des patients sont donc un prérequis.

Les finalités de ce programme de formation sont d'aider les professionnels de santé à introduire une dimension éducative dans leur pratique de soins, tout en les accompagnant dans ce cheminement qui suppose la mobilisation de compétences déjà acquises ou au contraire nouvelles pour eux, comme par exemple celles ayant trait à la création de séquences pédagogiques.

## **Objectifs pédagogiques**

- Partager une culture, une démarche, une posture commune de l'ETP pour valoriser les savoirs expérientiels des usagers et leur permettre de les mettre à profit dans leur parcours de rétablissement.
- Connaître les grands principes et composantes de l'ETP.
- Prendre conscience des retentissements d'un problème de santé mentale chez les personnes et dans leur entourage.
- Savoir situer la place de l'ETP dans le processus de rétablissement personnel de l'utilisateur.
- Savoir explorer les dimensions du Bilan éducatif partagé pour co-construire un parcours personnalisé avec le patient.
- Insuffler une dynamique favorisant une relation de partenariat avec les usagers.
- Construire et animer des séances éducatives pédagogiques individuelles et collectives.
- Réaliser l'évaluation du programme et du parcours ETP.

## **Méthodes pédagogiques**

Dans une dynamique de démarche éducative, lors de ces 6 jours, les formatrices mobilisent des dispositifs pédagogiques

participatifs et interactifs. La formation s'organise en modules en fonction des compétences attendues. Ce programme est une approche éducative centrée sur l'apprenant, sur ses compétences psychosociales d'adaptation, et au service des besoins et des projets personnalisés de l'utilisateur.

Aux apports théoriques, extraits de film et brainstorming sont inclus des mises en situations, jeux de rôle, exercices de simulation. Des séances d'exercices en sous-groupes permettent de mieux appréhender les différentes étapes de la conception d'un programme d'éducation thérapeutique. En début de journée, les participants ont l'occasion de participer aux « brises glaces. » pour faciliter la dynamique de groupe et favoriser l'échange.

## **Programme de la formation**

**Jour 1 : Cadre et repères pour la mise en œuvre de programmes d'ETP - Pratiquer l'éducation thérapeutique, quel nouveau rôle pour le soignant ?**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Permettre au groupe de partager une culture, un langage et une méthodologie commune en éducation thérapeutique (ETP).

# Éducation Thérapeutique du Patient - Niveau 1 (40h)



- Analyser les 13 principes de la réhabilitation psycho-sociale pour saisir l'importance de la posture.
- Permettre au groupe de prendre conscience des retentissements d'une maladie chronique chez les personnes atteintes et leur entourage.
- Permettre au groupe de prendre conscience de ce qu'est le rétablissement dans le parcours de vie d'une personne avec un trouble psychique.
- Permettre au groupe de prendre conscience de la dimension et de la complexité du changement.
- Comprendre le nouveau paradigme du rétablissement et les concepts associés via différents médias.

## Jour 2 : Les compétences relationnelles de base à l'ETP

- Saisir l'importance d'une communication de qualité dans l'échange et la co-construction.
- Permettre au groupe de repérer les compétences patient (d'auto soins et psychosociales) et leurs stratégies d'ajustement.
- Prendre en compte les pratiques favorisant l'empowerment et le rétablissement des usagers.
- Permettre aux participants de développer et/ou renforcer leurs compétences relationnelles en ETP.

- Sensibiliser les participants aux approches d'inspiration motivationnelle.
- Permettre aux participants de maîtriser et d'explorer toutes les dimensions du Bilan Éducatif partagé (initial).
- Permettre aux participants de maîtriser la rédaction du Bilan Éducatif Partagé.

## Jour 3 : Du bilan Éducatif Partagé à la définition avec le patient des objectifs pédagogiques de son programme d'ETP

- Sensibiliser les participants à l'approche motivationnelle.
- Permettre aux participants de repérer les différents types de savoirs mobilisés en ETP.
- Permettre aux participants de maîtriser la formulation des objectifs pédagogiques.
- Sensibiliser les participants à la place et au rôle des patients experts, des pairs-aidants, en ETP.
- Expérimenter un atelier d'éducation thérapeutique.

## Jour 4 : La construction et l'animation d'ateliers d'éducation thérapeutique

- Permettre aux participants de mettre en œuvre des méthodes susceptibles de favoriser l'apprentissage du patient.
- Permettre aux participants d'identifier les techniques

- d'animation d'un groupe de patients
- Stimuler sa créativité grâce à la pluridisciplinarité.
- Intégrer des usagers à différentes étapes de la démarche pour créer des programmes adaptés à leurs besoins.

## Jour 5 : La construction et l'animation d'ateliers d'éducation thérapeutique

- Permettre aux participants de comprendre et maîtriser la construction d'une séquence d'apprentissage en ETP.
- Maîtriser la présentation d'un atelier ou d'une séance.
- Maîtriser l'animation d'un atelier en adaptant les règles d'animation de groupes aux méthodes pédagogiques.
- Adopter une posture réflexive, en identifiant des axes d'amélioration.

## Jour 6 : Les composantes de l'évaluation partagée

- Organiser l'inscription d'un projet d'éducation thérapeutique dans leur pratique.
- Identifier des manières de d'étendre sa posture ETP dans sa pratique quotidienne.
- Permettre aux participants de comprendre et maîtriser les objectifs et les composantes de l'évaluation du programme/parcours d'ETP.
- Permettre aux participants d'explorer la conduite de l'entretien d'évaluation partagée.

- Se sensibiliser à l'e-ETP.
- Évaluation à chaud de la formation.

## Évaluation

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quiz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences.

# Initiation aux approches psychocorporelles



**Sensibiliser les professionnels à l'approche psychocorporelle et à la place du corps dans le travail avec les personnes souffrant de troubles de santé mentale. La mobilisation d'apports théoriques variés (Psychanalyse corporelle, Gestalt thérapie et Sociologie clinique) sera complétée par des expériences d'exploration psychocorporelle en groupe.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Comprendre l'intrication entre le corps et la psyché.
- Comprendre les enjeux du développement psychologique des personnes depuis la perspective psychocorporelle.
- Analyser les troubles psychiques depuis l'approche psychocorporelle.
- Réfléchir à l'accompagnement professionnel depuis la perspective psychocorporelle.
- S'approprier des outils et des connaissances favorables à la construction des liens interpersonnels.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérimentiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Les enjeux psychosociologiques du sujet.
- Notions générales de la psychanalyse : Sigmund Freud et Wilhelm Reich.
- Théorie émotionnelle-corporelle : sentiments et émotions.
- Approche psychocorporelle de la construction du psychisme.

### **Jour 2**

- Les cuirasses corporelles, la formation des caractères et les troubles psychiques.
- Les 6 types des caractères d'après l'analyse reichienne.
- Les lignes de résistance et les défenses caractérielles.
- Les « actings » : exercice psychocorporel en groupe.
- Coconstruction d'une synthèse sur la place du corps au métier des participants ?
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Être case manager au service du rétablissement en santé mentale



**Approfondir les repères théoriques, historiques et les principes clefs du rôle et des missions du case manager dans une équipe au service du rétablissement en santé mentale. En proposant un focus sur les moments clefs du suivi de l'usager, l'objectif sera de mettre en lumière et en pratique les subtilités et les enjeux de ce rôle si spécifique.**

**🕒 Durée :** 3 jours (2 jours + 1 jour 3 mois après)

**€ Tarifs :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

**📍 Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

**👥 Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

**🎓 Prérequis :** avoir suivi la formation 'Initiation au concept de rétablissement'

## 🌀 **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## 🌀 **Objectifs pédagogiques**

- Connaître les repères historiques, théoriques et pratiques du rôle du case manager au service du rétablissement en santé mentale.
- Comprendre les enjeux et moments clefs essentiels d'un parcours entre un usager et son case manager.
- Réfléchir à sa pratique à la lumière des principes abordés, en utilisant des outils pour faire évoluer sa posture.
- Approfondir les missions spécifiques du case manager : coordination partenariale, compétences transversales, destigmatisation, divulgation, etc.
- Développer les notions d'« aller vers », « de prise de risque » et de « normes sociétales » au travers de sa pratique.

## 🌀 **Méthodes pédagogiques**

- Échanges de pratiques, croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques et des expériences.
- Brainstorming, carte mentale, exposés interactifs, mise en situations, jeux de rôles.

## 🌀 **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Introduction aux concepts de case management en santé mentale.
- Rétrospective historique, présentation des principes clefs et transformation des pratiques orientées rétablissement.
- Enjeux de la rencontre entre la personne en relation avec des troubles de santé mentale et le case manager : co-construire une relation partenariale et horizontale fondée sur l'espoir, l'identité, la destigmatisation.
- Identifier et dépasser ses pensées limitantes pour accompagner la personne à s'affranchir des normes sociales au service de son rétablissement expérientiel.

### **Jour 2**

- La méthodologie et les outils du case manager, d'une utilisation préconçue à une adaptation aux demandes des personnes.
- Comprendre les enjeux d'une fin d'accompagnement : comment favoriser l'émancipation effective de la personne ?
- Retour et évaluation des deux premiers jours de formation : préparation de la 3<sup>ème</sup> journée à 3 mois avec objectifs et défis à construire.

### **Jour 3 (3 mois après)**

- Tour de table des ressentis de chacun sur l'expérimentation des postures et pratiques vues lors de deux premiers jours.
- Analyse collective réflexive de situations vécues par les participants et apports de connaissances complémentaires adaptées aux besoins de chacun.
- Évaluation à chaud de la formation.

## 🌀 **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Le récit de soi et la narration au service du rétablissement personnel



Découvrir les principes et les pratiques de l'approche narrative au service du rétablissement expérientiel des personnes concernées par un problème de santé mentale. Expérimenter la mise en récit d'histoires de vie afin de privilégier une approche centrée sur la personne et son vécu, et non sur les symptômes et les discours qui tendent à figer la personne dans une identité de "malade".

 Durée : 2 jours

 Tarif :

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 Lieu : Pantin ou in situ à la demande

 Intervenants : un formateur professionnel et un formateur pair

 Prérequis : aucun

## Public concerné

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## Objectifs pédagogiques

- S'initier aux fondements et aux principes de l'approche narrative et comprendre son articulation avec le processus de rétablissement expérientiel.
- Développer une posture et une écoute favorables à l'expression du récit de soi des personnes accompagnées.
- S'exercer à la co-construction de narrations au sein desquelles la personne accompagnée est désidentifiée de son problème de santé mentale.

## Méthodes pédagogiques

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## Programme de la formation

### Jour 1

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Les fondements philosophiques, épistémologiques et psychothérapeutiques de l'approche narrative.
- Exploration des récits « dominants » dans le champ de la santé mentale et sociale.
- La posture de l'intervenant en relation d'aide dans l'approche narrative.
- Le récit de soi comme « moteur » du processus de rétablissement expérientiel.

### Jour 2

- La « désaliénation narrative » au service du développement du pouvoir d'agir des personnes.
- Le processus d'externalisation au service d'une modification de la relation entretenue entre la personne et son problème.

- Mise en situation autour d'un atelier inspiré de la médecine narrative et à partir du récit de vie d'une formatrice-paire : apprendre à accueillir et à transmettre des narrations dignifiantes.
- Évaluation à chaud de la formation.

## Évaluation

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quiz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences.

# Rétablissement et récit de vie par le conte métaphorique



**Découvrir et se sensibiliser à l'approche narrative, via l'écriture de contes métaphoriques, et comprendre son articulation avec le processus de rétablissement expérientiel. Par cette approche centrée sur la personne, modifier son regard de professionnel et accompagner la personne concernée dans un processus de réappropriation et de compréhension complexe et nuancée de son parcours de vie.**

 **Durée :** 3 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Situer les fondements de l'approche narrative et son articulation avec les pratiques orientées rétablissement.
- Comprendre les spécificités du conte métaphorique en tant que modalité narrative favorable à la réappropriation de son parcours de vie.
- S'approprier le processus d'écriture d'un conte métaphorique dans l'objectif de proposer cette médiation dans l'accompagnement des personnes concernées par un problème de santé mentale ou sociale.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Lectures de contes, exercices de stimulation de l'imaginaire, découverte d'univers magiques à travers différents supports (cartes, jeux...).
- Jeux d'écritures, écriture d'un conte métaphorique sur son propre parcours de vie en co-construction.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Exploration des représentations des participants sur les contes métaphoriques
- Approche théorique du récit de vie et du conte métaphorique dans le processus de rétablissement.
- Exploration des mondes magiques et découverte de mondes merveilleux.
- Jeux d'écriture : temps de travail en individuel et en binôme.

### **Jour 2**

- Éveil corporel-recentrage-enracinement.
- Lecture de contes et décryptage.
- Jeux d'écriture.
- Temps de travail individuel à l'écriture de sa propre métaphore.
- Jeux de rôles : situation de non-écoute/situation de "trop d'écoute".
- Temps de relaxation.

### **Jour 3**

- Éveil corporel-recentrage-enracinement.
- Partage en grand groupe des contes métaphoriques de chacun (sur la base du volontariat).
- Temps de relaxation.
- Bilan et évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# L'organisation des soins et des services sociaux

## Formations professionnelles courtes



Les formations proposées dans cette catégorie portent sur la façon dont sont organisés les soins psychiques et les services sociaux et sur comment les inclure dans une approche axée rétablissement.

### Sommaire

Logement d'Abord, enjeux et mises en œuvre.....	90
Développer la bientraitance dans les institutions.....	92
Initiation aux principes et aux pratiques de la psychiatrie communautaire.....	94

### Les formations en développement

- Assertive Community Treatment
- Emploi d'Abord (modèle IPS)
- Case management
- Suivi Intensif (SI) et Suivi Intensif et Variable (SIV)
- L'aller-vers, comment travailler dans et avec l'environnement des personnes

# Logement d'Abord, enjeux et mises en œuvre



**S'approprier le changement global de paradigme fondé sur le Logement d'abord. Une mise en contexte historique de cette notion et une initiation aux différentes approches promues par ce modèle : le rétablissement, l'empowerment, l'inclusion sociale, la réduction des risques et la pair-aidance.**

 **Durée :** 3 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Comprendre les enjeux, les postures et les pratiques de l'approche Logement d'abord.
- Identifier et s'approprier les enjeux d'un changement de paradigme centré sur le rétablissement, l'empowerment, l'inclusion sociale et la pair-aidance.
- Promouvoir le savoir expérientiel des personnes accompagnées et des professionnels-les.
- Réfléchir sur la posture des professionnels-elles de l'accompagnement.
- Agir sur les conditions favorables au déploiement du logement d'abord dans son association.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- L'approche logement d'abord : un changement de paradigme dans l'accès au logement et l'accompagnement des personnes (perspective historique, caractérisation et enjeux contemporains).
- La perspective du rétablissement expérientiel : porter un autre regard sur la santé mentale.

### **Jour 2**

- L'empowerment et l'inclusion sociale, quels déterminants institutionnels et sociétaux ?
- L'approche par les forces, d'une évaluation du déficit à la mobilisation des ressources.

### **Jour 3**

- Comment reconnaître et soutenir la mobilisation des savoirs expérientiels dans l'accompagnement des personnes.

- Les outils d'auto-supports, un média au service de la non-coercition.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quiz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences.

# Développer la bientraitance dans les institutions



**La bientraitance vise à promouvoir le bien-être de l'utilisateur et à prévenir le risque de maltraitance. Elle a pour objectif de garantir un cadre renforçant des pratiques professionnelles de qualité aux bénéficiaires et à leur proches ainsi qu'un accompagnement respectueux de leurs besoins.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Identifier les concepts de la bientraitance et de la maltraitance.
- Sensibiliser au processus de la bientraitance.
- Promouvoir une démarche bientraitante en institution.
- Développer un positionnement et une posture bientraitante.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Approche socio-historique de la notion de bientraitance à travers celle de la maltraitance.
- Politiques publiques et cadre législatif dans le médico-social.
- Outils d'évaluation et démarche qualité.
- Bientraitance et travail social :
  - Recommandations HAS / pratiques et postures.
  - Approche de la Valorisation des Rôles Sociaux (VRS).

### **Jour 2**

- Récit de vie/ retours d'expériences du formateur-pair.
- Présentation du modèle de Stevenson.
- Concevoir une institution « idéale » sous le signe de la bientraitance (en sous-groupes) :
  - Cartographie actuelle autour des 10 besoins.
  - CAT individuel (On Continue/Arrête/Tente).
  - Cartographie / état des lieux sur l'institution (identification des forces et des leviers et plan d'action).

- Restitution en groupe complet autour de la méthode du CAT.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Initiation aux principes et aux pratiques de la psychiatrie communautaire



**Comprendre les enjeux historiques et contemporains de la psychiatrie communautaire à travers les concepts de santé mentale, rétablissement, empowerment et inclusion sociale. S'appropriier des outils de prévention, d'évaluation et de prise de décision favorisant la participation active des personnes concernées.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Comprendre l'évolution des enjeux de la psychiatrie au fil de ces dernières décennies.
- Savoir définir les concepts de santé mentale, rétablissement, empowerment et inclusion sociale.
- Promouvoir un accompagnement, au plus proche de l'environnement des personnes, fondé sur le partenariat avec les usagers, les aidants et les acteurs pluridisciplinaires de la santé mentale.
- Se familiariser avec des outils de prévention, d'évaluation et de prise de décision favorisant la participation active des personnes concernées.
- Questionner de manière réflexive sa posture et ses pratiques d'accompagnement.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Perspective historique : de la psychiatrie « asilaire » à la psychiatrie « communautaire ».
- Les enjeux contemporains en matière de santé mentale et sociale : la prise en compte des déterminants environnementaux.
- Le concept de rétablissement expérientiel : quelle(s) rupture(s) avec le modèle de la psychiatrie traditionnelle ?

### **Jour 2**

- L'évolution de la relation patient-intervenant : du paternalisme au partenariat
- De l'intégration à l'inclusion sociale des personnes en situation de handicap psychique : les enjeux cliniques, sociétaux, politiques et éthiques.
- Les outils favorisant la participation des personnes concernées :
  1. Exemple d'outils d'auto-évaluation des difficultés, des besoins et des ressources (ELADEB et AERES).

2. Exemple d'un outil promouvant les directives anticipées en psychiatrie (Mon GPS – Psycom).
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# La communication : postures et techniques

## Formations professionnelles courtes



Les formations proposées dans cette catégorie portent sur les postures et techniques permettant de faciliter la communication des professionnels avec les personnes concernées dans le cadre de leur pratique.

### Sommaire

Initiation à la communication.....	98
Initiation à la conduite d'entretien.....	100
L'entretien motivationnel.....	102
L'écoute active .....	104
Initiation à l'Approche Centrée sur les Solutions (ACS).....	106

### Les formations en développement

- Le dialogisme

# Initiation à la communication



**Cette formation vise à identifier et mieux comprendre la complexité des facteurs en jeu dans la communication. L'objectif étant de modifier le regard porté sur les personnes rencontrant des difficultés de communication.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Mettre en parallèle les savoirs expérientiels et théoriques pour mieux comprendre ce qui se joue dans la communication.
- Mieux comprendre la communication afin de changer de regard et sortir des représentations erronées qui impactent le parcours de rétablissement des personnes concernées.
- Se repérer dans les notions de codes, de signifiant et de signifié, de feedback.
- Identifier les facteurs d'incompréhension dans la communication.
- Modifier son regard porté sur les personnes souffrant de difficultés de communication.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Apports théoriques, expérientiels et expérimentations par les stagiaires sur les notions suivantes :
  - Le malentendu comme structure de communication.
  - Bowlby et l'attachement comme moteur de la communication.
  - Le constructivisme de Piaget : accommodation et assimilation, compréhension en évolution et conceptualisation permanente.
  - Qu'est-ce que la communication ?
    - De Saussure à Benveniste.
    - L'école de Palo Alto.

### **Jour 2**

- Apports théoriques, expérientiels et expérimentations par les stagiaires sur les notions suivantes :
  - Qu'est ce qui se joue dans la communication ?
  - Maisonneuve et les notions de feedback.

- L'interactionnisme symbolique.
- La communication comme reflet des habitus socio-culturels.
- L'exemple des symboles français.
- Communication verbale et non verbale.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Initiation à la conduite d'entretien



**Comment mener des entretiens qui soient satisfaisants pour l'ensemble des participants ? Découvrir les approches et techniques existantes et porter un regard réflexif sur ses postures et sa communication analogique et digitale.**

 **Durée :** 3 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Comprendre les grands principes de la communication verbale et non verbale.
- Prendre connaissance des différentes approches de l'entretien.
- Découvrir et s'approprier les savoirs être et savoirs faire de l'écoute active.
- Ajuster sa pratique de l'entretien en cohérence avec son contexte professionnel.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Les bases de la communication verbale et non verbale.
- Introduction aux objectifs, enjeux et modalités de l'entretien.
- Les entretiens individuels et collectifs.

### **Jour 2**

- Présentation des différentes approches de l'entretien (humaniste, analytique, systémique...).
- Introduction à l'écoute active rogérienne.

### **Jour 3**

- Expérimentation des postures et techniques de l'écoute active.
- Modalités d'appropriation des techniques de l'entretien en fonction du contexte professionnel.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# L'entretien motivationnel



**Acquérir de nouveaux savoir-faire et savoir-être afin d'aider les personnes à trouver leurs propres motivations au changement. Savoir accompagner de manière respectueuse et efficiente les personnes tout au long de leur processus de changement.**

 **Durée :** 3 jours

 **Tarifs :**

- Inscription de groupe : 5 100€ pour 12 personnes
- Inscription individuelle : 900€

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Mieux comprendre les notions de motivation, d'ambivalence, de changements et les ressorts psychologiques de ces processus.
- Approfondir et mettre en pratique une attitude empathique et une posture d'acceptation inconditionnelle (savoir-être).
- Acquérir les techniques de l'entretien motivationnel, notamment l'écoute active (savoir-faire).
- Savoir accompagner les personnes tout au long de leurs processus de changement.
- Expérimenter l'entretien motivationnel à partir de situations rencontrées dans sa pratique professionnelle.
- Analyser de manière réflexive sa posture et ses pratiques d'accompagnement au changement.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Réflexion collective autour des notions de motivation, d'ambivalence et de changement.
- Définition de l'entretien motivationnel et de son champ d'application.
- Présentation de l'esprit et des 4 grands processus de l'entretien motivationnel.

### **Jour 2**

- Exercices de mise en pratique sur la formulation en entretien motivationnel.
- Présentation des outils de l'approche motivationnelle.
- Exercices de mise en pratique des outils.
- Présentation des modèles théoriques du changement et illustration à partir de situations rencontrées par les participant.e.s.

### **Jour 3**

- Analyser les pratiques actuelles d'approche motivationnelle.
- Préparer et conduire un entretien motivationnel : définir le cadre des rencontres, s'ajuster aux besoins singuliers des

personnes, établir un climat relationnel authentique et sécurisant.

- S'entraîner à l'entretien motivationnel : expérimenter – en confiance – la pratique de l'entretien motivationnel, ajuster sa posture professionnelle.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# L'écoute active



Identifier et développer ses capacités d'écoute. S'approprier les techniques de l'écoute active favorables à la reconnaissance de l'autre dans ses besoins, ses émotions, et son potentiel de croissance.

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Comprendre la nécessité et les fondements de l'écoute active pour établir une relation de qualité avec son interlocuteur.
- S'approprier les techniques de l'écoute active favorables à la prise en compte de la personne dans sa globalité.
- Analyser de manière réflexive sa posture professionnelle dans l'accompagnement des personnes.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Les attitudes de l'intervenant dans la relation d'aide favorables à l'écoute active : l'empathie, l'acceptation inconditionnelle, la centration sur l'autre, l'authenticité, le soutien de l'autonomie.
- Les techniques de l'écoute active : les questions ouvertes, les reformulations, le langage non verbal.
- Les effets induits par la posture d'écoute : exercice réflexif. Qu'est-ce que l'écoute ?

### **Jour 2**

- Application pratique de l'écoute active : mises en situation.
- Identification de points de progression et des moyens à mettre en œuvre au quotidien.
- Réflexion sur les moyens susceptibles d'accroître ou de désamorcer des situations d'agressivité.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Initiation à l'Approche Centrée sur les Solutions (ACS)



Inscrite dans le champ de la psychologie positive, l'ACS propose de s'émanciper des processus habituels de résolution de problème pour s'orienter vers la coconstruction de solutions permettant à la personne d'accroître sa motivation et son autodétermination. Le professionnel favorise ainsi l'espoir et la liberté de l'individu à exercer ses propres choix, tant sur sa compréhension de lui-même que sur les actions qu'il peut entreprendre.

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- S'initier à une nouvelle conception épistémologique de la relation d'aide.
- Acquérir les connaissances théoriques fondamentales sur lesquelles se fondent à l'ACS.
- Découvrir les différentes étapes de l'ACS.
- Savoir passer du langage des problèmes à celui des solutions.
- Expérimenter les outils et techniques de bases d'une pratique de l'ACS.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Exploration des représentations et des connaissances relatives à l'ACS.
- Présentation de l'histoire et des courants théoriques sur lesquels se fondent l'ACS, la systémie et le constructionnisme social.
- Exploration des concepts fondamentaux de l'ACS et des différentes étapes du processus de construction des solutions.

### **Jour 2**

- Structure et caractéristiques du langage des solutions.
- Identifier et mesurer l'influence des représentations propres à chacun.
- L'affiliation, installer et entretenir un processus coopératif dans la relation.
- Mise en place d'un projet commun et construction d'un futur désiré.

### **Jour 3**

- Accompagner l'exploration des ressources présentes et passée en portant un focus sur les exemples et exceptions.
- L'échelle, outil de liaison entre présent et futur désiré.
- Le Plus Petit Pas Possible, travailler à partir des progrès et soutenir le changement.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quiz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences.

# L'accès aux droits

## Formations professionnelles courtes



Les formations proposées dans cette catégorie portent sur les questions d'accès aux droits des personnes concernées par des troubles de santé mentale et sociale. Elles présentent des approches permettant de développer leur pouvoir d'agir et de favoriser leur inclusion sociale.

### Les formations en développement

- La justice restaurative
- Les droits aux séjours
- L'inclusion numérique
- Les dispositifs d'insertion professionnelle
- Comprendre le convention internationale des droits des personnes en situation de handicap
- Le droit au logement

# La pair-aidance et l'entraide mutuelle

## Formations professionnelles courtes

Les formations proposées dans cette catégorie portent sur les approches liées à la pair-aidance et à l'entraide-mutuelle. Elles vont permettre aux professionnels et aux pairs-aidants de déployer ces approches dans le cadre de leurs activités.

### Sommaire

La pair-aidance professionnelle, accueillir et coconstruire une fonction complémentaire.....T12

### Les formations en développement

- Développer la pair-aidance informelle dans toutes ses formes



# La pair-aidance professionnelle, accueillir et coconstruire une fonction complémentaire



**Promouvoir l'approche expérientielle au sein de l'équipe dans l'objectif de coconstruire la place d'un travailleur-pair. Privilégier une démarche participative afin de mobiliser chaque membre de l'équipe dans une réflexion autour de ses postures d'accompagnement et de ses propres modalités relationnelles.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout dispositif du secteur social, médico-social et sanitaire souhaitant travailler sur l'intégration de la pair-aidance professionnelle.

## **Objectifs pédagogiques**

- Questionner pour mieux s'approprier la notion de savoir expérientiel.
- Comprendre les enjeux de la pair-aidance et du croisement des savoirs au sein de l'approche orientée rétablissement.
- Coconstruire la place de chacun en tenant compte de la pluralité des expertises
- Conjuguer la singularité de la pair-aidance avec l'horizontalité des relations professionnelles.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Exploration des représentations et des connaissances relatives à la pair-aidance et au savoir expérientiel.
- Le travail pair dans la perspective du rétablissement : un changement de paradigme dans l'accompagnement des personnes.
- Témoignage : l'expérience d'une pair-aidance.
- Interroger sa posture et sa place au sein de son dispositif à la lumière du savoir expérientiel : échanges réflexifs et mises en situation autour de la pair-aidance.
- Bilan de la première journée et préparation de la deuxième journée.

### **Jour 2**

- Introduction de la deuxième journée.
- Identification des valeurs communes du collectif au sein du dispositif.
- Échanges réflexifs : la spécificité et la transversalité des rôles et des pratiques de chacun au service de ces valeurs communes.

- Élaboration commune d'une feuille de route autour de la pair-aidance.
- Bilan de la journée.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Les nouveaux paradigmes de management

## Formations professionnelles courtes



Les formations proposées dans cette catégorie portent sur les nouveaux paradigmes de management promouvant la participation et le développement du pouvoir d’agir de l’ensemble des acteurs ainsi que le bien-être au travail.

### Sommaire

Management axé rétablissement, postures et pratiques.....	114
La gouvernance horizontale et participative.....	116
Travailler en équipe pluriprofessionnelle.....	118

### Les formations en développement

- Management inclusif et participatif : comment favoriser le pouvoir d’agir des salariés
- La sociocratie
- Recruter et manager des personnes en situation de handicap

# Management axé rétablissement, postures et pratiques



**Former aux postures et pratiques managériales s'inscrivant dans une approche axée rétablissement. S'approprier ce changement de paradigme dans une perspective systémique, impliquant ses effets sur les dimensions organisationnelles et managériales d'un dispositif. Avoir les outils pour impulser, conduire et/ou pérenniser l'implémentation de cette approche au sein de son périmètre.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur cadre et un formateur de terrain

 **Prérequis :** avoir suivi la formation 'Initiation au concept de rétablissement'

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Comprendre les enjeux systémiques du déploiement de l'approche axée rétablissement au sein d'un dispositif.
- S'approprier les postures et pratiques managériales axées rétablissement.
- Analyser les textes réglementaires existants afin d'en identifier les leviers et les contraintes.
- Identifier les évolutions organisationnelles en cohérence avec ce changement de paradigme.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Les principes de l'approche axée rétablissement transposés au management et le paradoxe de son déploiement dans un organigramme vertical.
- Les différents modèles d'accompagnement au changement avec un focus sur l'approche d'innovation de rupture.
- Coconstruction d'un système institutionnel type afin d'en identifier les différents composants et leurs interactions.
- Clarification du périmètre de responsabilité d'un chef de service et d'un directeur.

### **Jour 2**

- Atelier : Comment amener davantage de cohérence entre chaque élément de ce système et les principes de l'approche orientée rétablissement ?
- Présentation du rôle de facilitateur et des pratiques d'accompagnement à la réflexivité et au pouvoir d'agir.

- Expérimentation de pratiques d'animation réflexives et axées sur le pouvoir d'agir.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# La gouvernance horizontale et participative



Former un collectif de travail aux postures et pratiques nécessaires à la mise en œuvre efficiente d'une gouvernance horizontale et participative. Le but étant que les acteurs s'approprient ce changement de paradigme dans une perspective systémique, impliquant ses effets sur les dimensions professionnelles, organisationnelles et managériales d'un dispositif. Ce module doit les conduire à se sentir outillés pour impulser, conduire et/ou pérenniser l'implémentation de cette nouvelle manière de travailler ensemble.

 **Durée** : 3 jours

 **Tarif** :

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu** : Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants** : un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis** : aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Savoir se situer dans les différents paradigmes historiques de l'organisation du travail.
- Comprendre les enjeux systémiques d'une gouvernance horizontale et participative.
- Initier un questionnement sur la place de l'égo au travail.
- S'approprier des modalités concrètes de fonctionnement adaptées à ce nouveau paradigme.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1 - Approche expérientielle et conceptuelle**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Jeu du balai.
- Exploration des représentations et des connaissances relatives à la gouvernance horizontale et participative.
- Jeu « The Employees Leftovers ».
- Rétrospective historique des différents stades de l'évolution de la conscience et des paradigmes de l'organisation du travail qui y sont associés.
- Apports théoriques (F. Laloux, 2014) sur le paradigme émergent dit « évolutif » et ses approches (sociocratie, holacratie).

### **Jours 2 et 3 - Transpositions à la dynamique institutionnelle**

- Co-construction d'une cartographie relative à la situation de son institution dans les différents paradigmes de l'organisation du travail.
- L'organisation du travail par rôles et l'élection sans candidat.
- La prise de décision par consentement et par recueil d'avis consultatifs.

- L'auto-gestion des conflits.
- Le rôle de facilitateur.
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quiz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quiz d'évaluation de la montée en compétences.

# Travailler en équipe pluriprofessionnelle



**Produire, en équipe pluriprofessionnelle, les fondements et les repères communs nécessaires au travail ensemble. La formation présente les bases théoriques des dynamiques du groupe et propose au groupe d'œuvrer à la construction d'un plan de bien-être au travail. Cet outil a pour but de déterminer les objectifs communs, les valeurs partagées et les process organisationnels et interactionnels à même de contribuer à une dynamique collective cohérente et efficiente.**

 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Découvrir et s'appropriier les théories éclairant les dynamiques de groupes.
- Mieux comprendre les enjeux du travail en équipe pluriprofessionnelle.
- Définir, en équipe, des objectifs et des repères communs au travail ensemble.
- Favoriser le bien-être au travail et le sentiment d'appartenance au collectif.
- Prévenir les risques psycho-sociaux et les conflits institutionnels.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Brainstorming autour des connaissances respectives de chacun sur le travail en équipe pluriprofessionnelle.
- Présentation des théories éclairant les dynamiques de groupes et définition du travail en équipe.
- Qu'est-ce que le bien-être au travail pour vous ? Comment, êtes-vous, en équipe, lorsque vous fonctionnez de manière optimale ?
- Quels outils ou process pouvez-vous mobiliser pour fonctionner au mieux ?
- Quel programme journalier, mensuel, hebdomadaire ou annuel pouvez-vous mettre en place pour maximiser votre bien-être au travail ?

### **Jour 2**

- Quels sont vos déclencheurs de mal-être ? Les événements internes ou externes qui pourraient mettre à mal votre dynamique d'équipe ? Quel plan d'action pourriez-vous mettre en œuvre pour y faire face ?
- Quels sont les signes avant-coureurs de crise ? Quels signaux physiques, interactionnels, comportementales peuvent vous

alerter sur la dégradation de votre dynamique d'équipe ? Quel plan d'action pourriez-vous mettre en œuvre pour apaiser la situation et retrouver un élan positif ?

- Qu'est-ce qu'une crise d'équipe ? Comment se manifeste-t-elle ? Quel plan d'action pouvez-vous mettre en œuvre pour en sortir et retrouver une dynamique contributive ?
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.

# Les offres d'accompagnements

Au changement et à l'innovation

## Sommaire

L'offre d'accompagnement du changement pour les ESSMS.....122

L'offre d'accompagnement pour les entreprises.....134



# L'offre d'accompagnement du changement pour les ESSMS

Adaptée à vos besoins, avec un suivi  
et des actions régulières



Cette offre est construite pour accompagner de manière globale les acteurs des secteurs sociaux, médico-sociaux ou sanitaires à implémenter des approches innovantes proposant un changement de paradigme au sein de leurs structures.

## Sommaire

L'accompagnement des pratiques professionnelles .....	124
L'accompagnement des pratiques managériales .....	126
Régulation d'équipe.....	128
Plan de bien-être au travail .....	130
L'accompagnement à la formalisation de savoirs expérientiels .....	132

## Les activités d'accompagnement en développement

- Accompagnement à l'élaboration d'un projet associatif ou d'établissement

# L'accompagnement des pratiques professionnelles



**Des séances mensuelles d'accompagnement des pratiques professionnelles, à destination des salarié.e.s non-cadres, favorisant la mise en oeuvre effective des concepts de l'approche à implémenter, par exemple celles du rétablissement ou du Logement d'Abord.**

 **Durée :** 3 heures par mois

 **Tarifs :**

- Formateur seul : 650€
- Binôme de formateurs : 850€

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout professionnel non cadre travaillant au sein de la structure est invité à participer aux APP : TS, secrétaire, agent d'entretien, veilleur, etc.

## **Objectifs**

- Accompagner l'appropriation de postures et de pratiques fondées sur l'approche à implémenter.
- Soutenir l'acquisition d'une dynamique réflexive individuelle et collective.
- Contribuer à la montée en compétences continue par le croisement des regards et des savoirs techniques, académiques et expérientiels.

## **Méthodes**

La méthode d'animation est adaptative. Elle se construit en fonction du contexte spécifique de chaque équipe et s'adapte constamment aux situations évoquées et à l'évolution du groupe.

Les échanges peuvent aussi bien s'articuler autour de situations vécues par les professionnels-les que de thématiques préparées en amont.

Pour animer les discussions, l'intervenant se montrera inventif quant à la variété de supports et de médias proposés au groupe et puisera dans des approches non coercitives : EM, Focus Solution, CNV, DPA, analyse transactionnelle, TCI, etc.

Il s'agit de proposer la même posture et les mêmes outils qu'on demande aux professionnels d'utiliser avec les usagers. Le but étant qu'ils parviennent, en équipe, à mener de manière autonome des échanges réflexifs dynamiques, constructifs et bienveillants.

## **Repères communs**

- La qualité du travail mené dépend de l'investissement de chaque membre : ponctualité, participation active, bienveillance, coopération sont requises.
- L'accompagnement réflexif relève de la responsabilité du groupe dans son ensemble.
- Les compétences réflexives développées sont transposables dans les autres espaces collectifs.
- Les échanges se veulent non coercitifs, s'appuyant sur les forces, les compétences et les connaissances des professionnels-les.
- C'est un espace servant à échanger sur les pratiques et les postures, pas sur la vie personnelle et l'intimité des professionnel-les et / ou sur les problèmes d'ordre institutionnel.
- Il s'agit de porter un regard critique et éclairé sur sa pratique et d'acquérir une capacité à identifier et maîtriser ses projections et hypothèses sur les situations des personnes concernées.
- Les ressources partagées le sont sous la forme d'information, pas de conseil.

# L'accompagnement des pratiques managériales



Des séances mensuelles d'accompagnement des pratiques managériales, à destination des cadres et personnes dirigeantes afin de les soutenir dans la conduite de changement et dans l'évolution de leurs postures managériales.

 **Durée :** 3 heures par mois

 **Tarifs :**

- Formateur seul : 650€
- Binôme de formateurs : 850€

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout professionnel cadre travaillant au sein de la structure est invité à participer aux APM.

## **Objectifs pédagogiques**

- Soutenir l'appropriation de postures et de pratiques managériales fondées sur l'approche à implémenter.
- Soutenir l'acquisition d'une dynamique réflexive individuelle et collective.
- Contribuer à la montée en compétences continue par le croisement des regards et des savoirs techniques, académiques et expérientiels.

## **Méthodes**

La méthode d'animation est adaptative. Elle se construit en fonction du contexte spécifique de chaque équipe et s'adapte constamment aux situations évoquées et à l'évolution du groupe.

Les échanges peuvent aussi bien s'articuler autour de situations managériales vécues par les cadres que de thématiques préparées en amont.

Pour animer les discussions, l'intervenant se montrera inventif quant à la variété de supports et de médias proposés au groupe et puisera dans des approches non coercitives : EM, Focus Solution, CNV, DPA, analyse transactionnelle, TCI, etc.

Il s'agit de proposer la même posture et les mêmes outils qu'on demande aux cadres d'utiliser avec les salariés. Le but étant qu'ils parviennent, en équipe de direction, à mener de manière autonome des échanges réflexifs dynamiques, constructifs et bienveillants.

## **Repères communs**

- La qualité du travail mené dépend de l'investissement de chaque membre : ponctualité, participation active, bienveillance, coopération sont requises.
- L'accompagnement réflexif relève de la responsabilité du groupe dans son ensemble.
- Les compétences réflexives développées sont transposables dans les autres espaces collectifs.
- Les échanges se veulent non coercitifs, s'appuyant sur les forces, les compétences et les connaissances des professionnels-les.
- C'est un espace servant à échanger sur les pratiques et les postures, pas sur la vie personnelle et l'intimité des professionnel-les.
- Il s'agit de porter un regard critique et éclairé sur sa pratique et d'acquérir une capacité à identifier et maîtriser ses projections et hypothèses sur les situations des personnes concernées.
- Les ressources partagées le sont sous la forme d'information, pas de conseil.

# Régulation d'équipe



**Des séances de régulation à destination des équipes pluridisciplinaires du champ sanitaire, social ou médico-social. Ces temps de rencontre sont centrés sur les besoins et les attentes des personnes pour soutenir l'expression de leur vécu du moment et favoriser la co-construction d'une dynamique de groupe apaisée et constructive. Ces séances peuvent être notamment proposées à la suite de difficultés institutionnelles, relationnelles ou situationnelles rencontrées par un ou plusieurs membres de l'équipe. Elles visent à co-élaborer, puis à expérimenter, des axes de changement de fonctionnement de l'équipe.**

 **Durée :** 3 heures par session

 **Tarifs :**

- Intervenant seul : 650€
- Binôme d'intervenants : 850€

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** professionnels de l'écoute psychiatre ou psychologue

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Des équipes pluridisciplinaires du champ sanitaire, social ou médico-social.

Tous les professionnels membres de l'équipe concernée sont invités à participer aux séances de régulation d'équipe.

## **Objectifs**

- Favoriser l'expression du vécu de chaque professionnel autour de son travail d'équipe ou de difficultés institutionnelles, relationnelles ou situationnelles particulières.
- Soutenir les ressources, les savoirs et les compétences présents en chacun des professionnels.
- Restaurer une communication respectueuse et sécurisante entre les différents membres de l'équipe pluridisciplinaire
- Renforcer la cohésion d'équipe et la dynamique institutionnelle par un travail réflexif autour d'objectifs et de valeurs communes
- Co-élaborer, puis expérimenter, des axes de changement du fonctionnement de l'équipe.

## **Méthodes**

La méthode d'animation se construit en fonction du contexte spécifique de chaque équipe et s'adapte aux besoins et aux attentes du groupe.

Les intervenants se réfèrent à l'approche centrée sur la personne et à l'approche systémique dans la conduite des régulations d'équipe. Ils accompagnent au développement du pouvoir d'agir du groupe afin de renforcer l'autonomie et le potentiel de créativité de chacun.

Le nombre et la fréquence des séances de régulation d'équipe seront définis en fonction de la demande de l'équipe. Généralement, les régulations d'équipe se déroulent mensuellement, à raison d'un minimum de 8 à 12 séances.

Les séances de régulation travaillant sur les relations entre professionnels d'une même équipe, il est souhaitable que tous les membres de l'équipe s'engagent à être présents.

# Plan de bien-être au travail



Inspirée d'outils d'auto-supports créés par des personnes en rétablissement, cette formation vise à permettre à un collectif de travail de coconstruire, ensemble, des formes de collaborations propices au bien-être individuel et commun. Il s'agit, pour chacun, d'acquérir des repères à même de contribuer au maintien d'une cohérence institutionnelle et des méthodes permettant de s'adapter positivement aux mouvements inhérents à tout système groupal.

 **Durée** : 2 jours

 **Tarif** :

- Inscription de groupe :  
12 personnes - sur devis

 **Lieu** : Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants** : un formateur aguerri au travail en équipe pluriprofessionnelle

 **Prérequis** : aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs**

- Comprendre les enjeux des dynamiques de groupes et du travail en équipe.
- S'accorder sur un objectif commun, fondement de la cohérence du travail ensemble.
- Coconstruire des formes de collaboration favorisant le bien-être au travail et la cohérence institutionnelle.
- Se doter de repères et d'outils individuels et collectifs utiles pour traverser positivement des périodes complexes.

## **Méthodes**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.
- Démarche participative et de coconstruction avec le groupe s'appuyant sur l'articulation de savoirs théoriques et expérientiels.
- Invitation au questionnement sur ses pratiques et sa posture professionnelle.

## **Programme**

### **Jour 1**

- Introduction, présentations et recueil des attentes.
- Définition et enjeux du travail en équipe pluriprofessionnelle.
- Étape 1 : Qu'est-ce le bien-être au travail pour vous ? Décrivez votre collectif dans son fonctionnement idéal, lorsqu'il est à son plus haut niveau de bien-être.
- Étape 2 : Quels sont les outils à votre disposition pour maintenir ce niveau de bien-être au plus haut ?
- Étape 3 : Quel programme journalier, hebdomadaire, mensuel, annuel, pouvez imaginer pour contribuer à ce fonctionnement optimal ?

### **Jour 2**

- Retour sur la journée de la veille.
- Étape 4 : Quels sont vos déclencheurs de mal-être ? Quels événements internes ou externes peuvent venir influencer négativement sur votre fonctionnement et votre bien-être ?
- Étape 5 : Quels sont vos signes avant-coureurs de crise ? Quelles sont les manifestations individuelles et/ou collective qui peuvent vous amener à penser que la

situation se dégrade ?

- Étape 6 : Qu'est-ce qu'une crise pour vous ?
- Étape 7 : Pour les étapes 4, 5 et 6, imaginé un plan d'action pouvant vous permettre de traverser cette période difficile et de vous rétablir collectivement.

# L'accompagnement à la formalisation de savoirs expérientiels



Ces séances proposent un soutien personnalisé et continu à des personnes désireuses de transmettre leurs savoirs d'expériences de situations de vulnérabilités psychiques et/ou sociales dans un cadre professionnel (pairs aidants, formateurs pairs, professionnels de santé...). Leur but est d'accompagner le processus de narration et de formalisation des savoirs expérientiels singuliers, tout en promouvant l'identification positive entre pairs.

 **Durée :** 3 heures par séance

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 650 € pour 6 personnes, par séance

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenant :** un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Toute personne se sentant concernée par des situations de vulnérabilités psychiques et/ou sociales et souhaitant transmettre ses savoirs expérientiels dans un cadre professionnel.

## **Objectifs**

- Situer les enjeux de la transmission des savoirs expérientiels dans la perspective d'un changement de paradigme en santé mentale et sociale.
- Réfléchir aux impacts de la transmission des savoirs expérientiels dans une visée d'aide à la personne et/ou pédagogique.
- Comprendre le processus de construction des savoirs expérientiels et être à même de différencier ces savoirs d'une expérience vécue.
- Se familiariser avec à la mise en récit de situations de vulnérabilités psychiques et/ou sociales dans une perspective d'entraide et/ou de formation.
- Savoir identifier et formaliser ses savoirs expérientiels singuliers (en fonction de ce que souhaite transmettre chaque participant de son histoire).
- S'inscrire dans un processus de collectivisation de ses savoirs par leur mise en dialogue avec ceux d'un groupe de pairs.

## **Méthodes**

- Formaliser la méthodologie de construction des savoirs expérientiels à partir du récit d'un formateur pair.
- Apprendre à mettre en narration et à partager une expérience de vulnérabilité.
- Identifier les savoirs implicites transmis dans cette narration.
- À partir de ces savoirs implicites, formaliser et expliciter des savoirs expérientiels singuliers acquis lors de cette expérience.
- Partager ces savoirs avec le groupe pour en considérer le caractère collectif ou singulier et bâtir une typologie des savoirs expérientiels.

## **Repères communs**

- La qualité du travail mené dépend de l'investissement de chaque membre : ponctualité, participation active, bienveillance, coopération sont requises.
- L'accompagnement réflexif relève de la responsabilité du groupe dans son ensemble.
- Les échanges se veulent non coercitifs, s'appuyant sur les forces, les compétences et les connaissances des membres du groupe.
- Il s'agit d'un espace d'apprentissage de narration de soi dans une perspective professionnelle et non personnelle.

# L'offre d'accompagnement pour les entreprises

Adaptée à vos besoins, avec un suivi  
personnalisé

Cette offre est construite pour accompagner de manière globale les acteurs des entreprises à développer leur capacité d'action et leur satisfaction au travail.

## Sommaire

L'accompagnement personnalisé..... 136



# L'accompagnement personnalisé



L'entreprise est avant tout un collectif humain. Tourné vers l'efficacité économique, c'est un lieu de rencontre des enthousiasmes et des frustrations, des opportunités et des contraintes.

Cela peut créer des situations complexes, qu'en tant que manager et/ou collaborateur, je peux être amené à vivre.

 Durée : définie selon vos besoins

 Tarifs : sur devis

 Lieu : Pantin ou in situ à la demande

 Intervenants : un formateur pro et/ou un formateur pair

 Prérequis : aucun

- ▶ Je me sens dépassé par ma charge de travail.
- ▶ Je m'inquiète pour la santé mentale d'un de mes collaborateurs et je ne sais pas quoi faire.
- ▶ Je ne sais pas comment aborder une situation de handicap avec un collaborateur.
- ▶ Je fais face à des contraintes contradictoires.
- ▶ Sans vouloir y renoncer, je doute de mes capacités à mener mes missions.
- ▶ Je me sens impuissant à changer quoi que ce soit dans mon entreprise.
- ▶ Je me sens infantilisé dans mon travail.
- ▶ On me demande régulièrement de contribuer à l'élaboration d'une solution qui est déjà trouvée et qui sera, de toute façon, imposée.
- ▶ On me demande de m'exprimer librement tout en attendant de moi une réponse précise.
- ▶ Je n'arrive pas à répartir équitablement la charge de travail de mon équipe en fonction des capacités de chacun.
- ▶ Je pense que l'un de mes collaborateurs n'est pas à sa meilleure place dans l'entreprise.
- ▶ J'aimerais permettre plus d'autonomie à mon équipe, mais j'ai peur de me retrouver en porte-à-faux avec le cadre établi.

## Notre proposition

**Vous n'êtes pas seuls** face à ces émotions et situations.

Plutôt que des solutions clés en main, nous vous soutenons dans la singularité de votre contexte par la **co-construction d'un projet** répondant à vos besoins.

Nous vous proposons de travailler, en pratique et en équipe, vos habiletés relationnelles. À partir de situations que vous vivez réellement en entreprise, nous explorerons également vos marges de manœuvre et de liberté afin de **développer votre capacité d'action et votre satisfaction au travail.**

## Public concerné

Tout acteur des entreprises (collaborateurs, managers, etc.).

## Méthodes pédagogiques

- Croisement des savoirs expérimentiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.
- Démarche participative et de coconstruction avec le groupe s'appuyant sur l'articulation de savoirs théoriques et expérimentiels.
- Invitation au questionnement sur ses pratiques et sa posture professionnelle.

# ALFAPSY

Formation et conseil



**128 avenue Jean Jaurès**  
**93500 Pantin**



**contact@alfapsy.fr**



**07 64 50 31 52**



**www.alfapsy.fr**