



Organisme de formation « Vivre ma vie »
N° 24 45 02915 45
www.vivremavie.fr

Formation à Poitiers
Après la psychiatrie...
« Me réapproprier mes expériences et vivre ma vie ! »
8 et 9 juin 2024

Nous nous rétablissons, tout au long de notre vie, de multiples maux et situations difficiles (accident, séparation, licenciement, maladie grave...). Pour ce faire, nous avons recours à une grande diversité de moyens que chacun-e d'entre nous adapte à ses besoins. Pour n'en citer que quelques uns : boire un verre avec des ami-e-s, nous promener dans la nature, prendre des médicaments, demander l'aide de notre conjoint-e... Lors d'une rupture, par exemple, nombre d'entre nous ont pensé ne pas pouvoir s'en relever. Et puis, avec le temps et tout un parcours émaillé de nombreuses stratégies telles que celles mentionnées ci-dessus, nous nous « en sortons » malgré tout, à la fois nous-mêmes mais changé-e-s pour toujours, parfois avec le sentiment d'être maintenant mieux « armé-e-s » pour affronter les aléas de l'existence. Nous avons tou-te-s cette expérience d'un processus de rétablissement dans nos vies. Pourtant, pour une raison mystérieuse, quand les difficultés que nous rencontrons ont été catégorisées comme relevant de « troubles psychiques », tout se passe comme si nos expériences étaient soudainement inaccessibles à quiconque. Tout alors semble nous renvoyer que « ce que nous vivons » serait complètement différent de « ce que vivent les autres » et cela paraît confirmé par le fait que personne ne semble nous comprendre. Et chaque tentative ratée de sortir de cette bulle d'incompréhension se solde par un isolement plus grand. En rappelant, un peu partout dans le monde, depuis les années 1980, la diversité des expériences humaines, le mouvement international sur l'entente de voix a engagé une révolution des pratiques de soins en psychiatrie et, plus fondamentalement, la façon dont il est possible socialement de nous relier les un.e.s aux autres autour de nos expériences plutôt que de nous retrouver isolés sur la base de leurs supposées différences. Cette session de formation sera consacrée à rendre chaque stagiaire acteur de ce changement en développant nos capacités à accueillir les expériences des autres à travers la réappropriation de nos propres expériences.

Objectifs :

- être informé sur la diversité des expériences humaines ;
- pouvoir engager un échange basé sur la curiosité et l'intérêt envers ces expériences ;
- être en capacité de partager ses propres expériences ;
- comprendre et favoriser la mobilisation de stratégies de coping adaptées à la personne ;
- Expérimenter des techniques pour faire face aux voix ;
- S'approprier des outils d'exploration des voix.

Modalités :

Nous aborderons le concept de rétablissement à travers une approche active permettant aux participant-e-s de le relier à leur vie et/ou leur pratique. Des temps en petits groupes faciliteront les échanges approfondis entre stagiaires et entre stagiaires et formateurs. Des apports théoriques en grand groupe et des illustrations basées sur des expériences françaises et étrangères enrichiront la réflexion et les échanges. Des exercices de simulation et la restitution de résultats de recherches cliniques et épidémiologiques permettront d'approfondir nos connaissances. Enfin, des temps en binômes sont prévus, notamment pour qu'un travail s'engage, dès que possible, entre professionnel-le et patient-e autour de l'expérience des voix et dans la perspective du rétablissement. Dans tous les cas, les entendeurs de voix pourront partager leur expérience d'entente de voix et, celles et ceux qui ne la vivent pas, apprendront à mieux la connaître. Chacun-e aura l'opportunité d'envisager les perspectives ouvertes par le rétablissement dans sa vie en tirant mieux profit de l'expérience d'entente de voix et en apprenant à travailler avec les convictions problématiques.

Déroulement :

Première journée :

9h30	Présentations, attentes
10h30	Règles du groupe
10h45	Voix et autres expériences dites « psychotiques »
11h30	Simulation d'entente de voix
12h00	Caractéristiques des voix et relation aux voix
12h30	Pause déjeuner
13h30	Témoignage de Vincent : « comment ma relation aux voix a évolué »
14h30	Apports des groupes
15h30	Groupe d'entendeurs de voix
17h00	Retours d'expériences
17h30	Fin de la journée

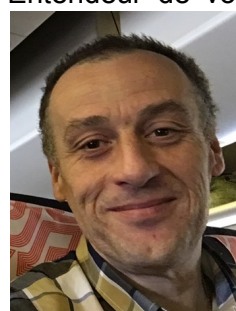
Deuxième journée :

9h30	Retour sur les attentes
10h00	Profilage des voix (théorie et pratique)
11h00	Entente de voix et histoire de vie
11h30	Elaborer un Construct
12h00	Questionnaire de Maastricht
12h30	Pause déjeuner
13h30	Stratégies de coping 1
14h30	Stratégies de coping 2
15h15	Qu'est-ce que faciliter un groupe ?
16h30	Qu'est-ce qui bouge quand je bouge ?
17h30	Fin de la formation

Formateurs : Yann Derobert et Vincent Demassiet



Formateur-conseil en santé et psychologue clinicien, **Yann Derobert** s'investit depuis 2009 au sein d'*Intervoice*, le mouvement international sur l'entente de voix fondé par le Pr Marius Romme et Sandra Escher. Il a aidé au démarrage de plusieurs groupes d'entendeurs de voix dont le premier en France en 2010 à Mons-en-Baroeul (59) et est à l'initiative de la création du *Réseau français sur l'entente de voix* (REV France) et de l'organisme de formation « Vivre ma vie » dont il coordonne les activités. Il anime régulièrement des ateliers d'éducation populaire sur la folie et la santé mentale à la Cité des sciences et de l'industrie de la Villette à Paris.



Entendeur de voix et ancien patient psychiatrique ayant reçu un diagnostic de schizophrénie, **Vincent Demassiet** est aujourd'hui président de l'association Réseau français sur l'entente de voix (REV France) et formateur au sein de l'organisme de formation « Vivre ma vie ». Il facilite plusieurs groupes d'entendeurs de voix dans le nord de la France et témoigne régulièrement de son parcours de rétablissement dans des colloques psychiatriques et des centres de formation de personnels soignants. Il assure des consultations d'entendeurs de voix à

l'Etablissement public de santé mentale Lille-métropole et travaille comme chargé de mission au Centre collaborateur de l'OMS en santé mentale à Mons-en-Baroeul.

Pour un groupe d'une vingtaine de personnes. Nous encourageons vivement les professionnels à venir accompagnés d'un-E usager-E afin d'initier un travail commun.

Frais d'inscription

Choisissez le tarif adapté à votre situation :

Standard : 200 Euros / Etudiant : 100 Euros / Réduit : 60 Euros

N.B.: une réduction de 20 Euros s'applique aux adhérents du REV.

POUR TOUTE INFORMATION : yann@vivremavie.fr / 06.42.72.66.19