

Unité Travail social communautaire

# Formation posture communautaire

22 et 23 juin 2015

AP/MZ



## Synthèse

Dr Amilcar Ciola et Dr Nahum Frenck, psychiatres systémiciens, nous font l'honneur d'animer la formation sur la posture communautaire cette année. Nous sommes 50 personnes (19 animateurs, 14 habitants, 3 postes transversaux, 4 responsables) à Chemin-Dessus, près de Martigny.

Le temps est magnifique !



lundi matin

## Défis et problèmes

La formation débute autour de la question : est-ce que les problèmes sont des défis et est-ce que les défis sont des problèmes ? Amilcar et Nahum nous proposent de changer d'attitude mentale, d'éviter d'être dans un mode binaire : problème-solution. Lorsqu'on a un défi et qu'on n'arrive pas à l'accomplir... on s'entraîne. Qui a un problème ?

### Situation 1 = réaction forte dans une relation interindividuelle

Si une personne sort de ses gonds alors qu'on pense lui dire quelque chose d'éthiquement correct, c'est sa responsabilité s'il s'est mis dans cet état. Si l'autre explose, on peut ne pas être d'accord, mais il est bon de reconnaître que l'autre est légitime... car s'il n'explose pas, il est mort. Reconnaître l'émotion de l'autre comme légitime dans la situation.

*« Ce n'est pas en sachant plus que l'on sait mieux (comprendre tout de la situation, poser plus de question qui-quoi-comment), mais en s'ouvrant à la possibilité d'autre chose. »*

### Situation 2 = animateur qui souhaite attirer l'attention d'un groupe de jeunes « difficiles »

« J'ai besoin de toi / Viens je vais t'apprendre qqch ». Si l'adulte ne résiste pas et déjoue l'attitude de confrontation, le groupe est déstabilisé puisqu'il ne peut plus être dans l'opposition. Vouloir entrer dans le groupe pour de vrai (pas de manière démagogique). Créer de la séduction, donner envie à l'autre de nous découvrir. Devenir un interlocuteur important pour l'autre, dire qui je suis est une piste. Mieux que de rester dans sa tour d'ivoire professionnelle.

Outils :

- Créer des ponts/créer des liens (les liens enchainent, avec les ponts on fait chacun un bout de chemin vers l'autre, idée de convergence).
- Faire un zoom avant et arrière de la scène ou avoir une « vue hélicoptère »
- Auto-dialogue (« qu'est-ce que je pense de cette scène »)
- « Choisir d'être schizophrène c'est mieux que d'être schizophrène »

Une famille se hurle dessus pendant vingt minutes dans son bureau, Nahum se lève et va s'asseoir sous son bureau. Après un moment : Vous faites quoi ? J'attends que vous vous taisiez. Normalement, un médecin ne s'assied pas sous son bureau. Créer de la surprise, osez sortir des cadres.

### Situation 3 = animateur qui se questionne sur son animation, ai-je été jugé par les autres ?

Etre modeste. Renoncer à ce que tout le monde apprécie mon animation. Pour que tout le monde soit d'accord avec moi, soit je suis Dieu, soit je me tais. L'auto-évaluation précède l'évaluation du public et a une énorme influence sur l'évaluation des autres. C'est un effort nécessaire de positionner mon auto-évaluation comme déterminante et première.

*« Malheureusement, on croit plus au miroir qu'à sa propre image ! »*

Exemple du conducteur de bus. L'animateur est un conducteur de bus... dans le bus, il y a une personne qui veut manger, une autre qui veut s'arrêter pour faire pipi. C'est le conducteur qui donne la direction, et qui dit : « on s'arrête dans 15 minutes, ici c'est dangereux. »

Lundi après-midi

## Les chapeaux

- Chapeau blanc : regard objectif et neutre, les faits, les chiffres, se concentrer sur les données disponibles.
- Chapeau rouge : regard émotionnel sur la situation, jugement, soupçon, intuitions, réaction viscérales.
- Chapeau noir : regard négatif, voit que les risques et les facteurs d'échecs, le verre à moitié vide, voit pourquoi ça ne va pas marcher.
- Chapeau Jaune : regard positif, optimiste, clair, efficace, constructif, c'est le verre à moitié plein
- Chapeau vert : regard créatif, en quête d'alternatives, au carrefour des solutions créatives.
- Chapeau bleu : axé sur la méta-pensée et la réflexion, permet de récapituler les éléments.

En général on porte tous les chapeaux en même temps. Amilcar et Nahum nous propose de tester un chapeau à la fois. Mise en pratique : 6 groupes, chaque groupe joue un chapeau (type d'animateur). Situation donnée :

- un groupe d'habitants doit organiser une fête de quartier pour la première fois pour 40 personnes. 3 âges différents : pré-adolescents, ado, adultes et vieux,
- Les adultes et les vieux veulent que tout le monde fête ensemble,
- Les jeunes veulent utiliser l'argent pour un DJ et faire leur fête.

Mise en scène : un représentant de chaque groupe vient au centre : le blanc rappelle les faits, le rouge rapporte les émotions, le jaune présente sa vision optimiste, le créatif les alternatives, le noir présente son point de vue défaitiste. Le bleu propose un point de vue méta. Il prend la décision « on y va / on s'arrête ». Il tient compte de tous les détails (mis en avant par les divers regards) et déclenche l'action.

*« On peut agir sur la motivation et la volonté de l'autre. Agir sur la motivation est plus efficace. On agit sur l'enthousiasme, le feu divin »*

*« Les gestes gratuits sont en général ceux qui paient le plus. Faire les choses sans chercher à obtenir un résultat, le faire gratuitement, pour la beauté du geste. »*

Histoire de l'étoile de mer :

« Tous les jours, une dame rejette à la mer des étoiles de mer qui s'échouent sur le sable. Le lendemain la marée en ramène la plupart sur le sable et quelques-unes meurent. Une personne lui dit : « Ça n'a pas de sens, ça ne fait pas de différence, regarde, elles meurent quand même », « Oui effectivement, ça n'a pas de sens, ça ne fait pas de différence, mais pour ELLE cela fait toute la différence ». Et elle jette une nouvelle étoile à la mer.

... nous, les travailleurs du social, nous faisons cela, jeter des étoiles de mer à la mer. »

Mardi matin

« Dire des choses sérieuses sans se prendre au sérieux »

## Les compétences et les ressources

Par groupes d'animateurs, d'habitants, de postes transversaux et de responsables, nous réfléchissons à nos compétences et à nos ressources communes. Puis, qu'est-ce que j'aime particulièrement dans le travail que je fais (à garder pour soi).

Amilcar fait venir les représentants des groupes au centre, pour un retour. Après avoir écouté tout le monde : « Vous êtes restés très abstraits, pourquoi n'avez-vous pas nommé la salsa comme compétence ? A l'hôpital de jour, nous avons développé la « Ping pong thérapie » ! Asseyons-nous par terre pour discuter. »

Nous donnons plus de nous-même en donnant une compétence personnelle (chanter, danser de la salsa) qu'en restant dans sa position professionnelle. « C'est le malheur de l'école aujourd'hui. A l'école, il n'y a pas des enfants, il y a des écoliers ! ». Les gens aiment tellement lorsque l'on parle avec des grands mots... « *Si on peut vous apporter quelque chose après toutes vos formations, c'est peut-être cela.* » (parler de ses ressources et ses compétences assis par terre). *Je peux vous énumérer neuf compétences en cinq minutes, mais c'est le résultat de 40 ans de travail.* »

Histoire du coq :

Un roi demande à un peintre de lui dessiner un coq mort. Plusieurs années s'écoulent, toujours pas de peinture. Après cinq ans, le roi retourne vers le peintre et lui demande sa peinture. Ce dernier lui dessine un coq en cinq minutes. Le roi se fâche et lui dit « tu as mis cinq ans pour dessiner un coq en cinq minutes, tu te fiches de moi, je vais te couper la tête ». Le peintre lui dit « d'accord tu peux me couper la tête, mais avant j'aimerais te montrer quelque chose ». Il lui ouvre une première porte qui donne sur une pièce avec des centaines de croquis de coq dessinés au cours de cinq dernières années, puis sur une deuxième pièce qui contient des centaines de squelettes».

*J'ai fait de mes vulnérabilités une expertise.* » Utiliser les choses dans lesquelles on est le plus fragile pour en faire des ressources. On devient un expert des choses pour lesquelles on peut être attaqué le plus facilement.

« *Essayer de ne jamais censurer sa pensée.* » Savoir se le dire à soi-même est une grande ressource, puis choisir de le mettre en mot ou en acte. Tout dire peut être dangereux, par exemple dans un couple cela peut devenir de la maltraitance psychologique. »

## La légitimation

La légitimation, c'est reconnaître l'autre dans sa différence d'avec moi. Cela ne veut pas dire approbation, accord ou collaboration, mais reconnaître que l'autre existe. « Vous avez des raisons de penser ce que vous pensez ». Une fois que je te légitime, tu peux me légitimer aussi, c'est-à-dire que ce que je dis devient important, je deviens un interlocuteur important pour l'autre et l'autre peut écouter mes arguments.

*mardi après-midi*

### **La légitimation (suite)**

La fille qui avait l'air tellement triste. Et qu'Amilcar trouve si belle. Il lui a dit : cette tristesse vous rend si belle, elle vous rend si spéciale. Gardez votre tristesse quoiqu'il arrive, elle fait partie de vous, mais ne laissez jamais votre tristesse vous envahir. Et pour la première fois de la journée la fille sourit.

La fille qui avait loupé ses examens. Elle rentre à la maison et son père l'engueule parce qu'en plus sa chambre n'est pas rangée. Elle s'ouvre les veines. Quelques temps plus tard, dans le cabinet d'Amilcar, elle dit à son père : j'avais envie que tu me dises que tu partageais ma tristesse d'avoir loupé mes examens. Son père la prend dans ses bras et lui dit en pleurant « mon père n'a jamais fait cela pour moi. ». (Amilcar est ému à l'évocation de la scène.)

Légitimer l'envie chez une personne de se détruire. « Avec ce que vous avez vécu, vous avez le droit de vous entailler les veines. Mais moi je suis votre médecin, je vous aime, j'ai le droit de vous empêcher de vous entailler le bras. = légitimité réciproque, c'est le début d'une relation intéressante.

### **L'éloge de l'incertitude**

L'incertitude nous permet de courir des risques. Le plus grand risque est de ne pas courir de risque ! Les certitudes nous font mourir. Accepter le risque, c'est laisser plus de place à la vie et à l'autre. Certaines personnes pensent qu'ils ne doivent pas courir de risque, pensent devoir être dans la certitude (=cercueil). L'incertitude est la liberté. Il faut rester dans la possibilité de bouger. Il y a plus de liberté dans l'incertitude. Le risque est mouvement. Le mouvement est la vie.

« Dans cette boule de cristal, il est écrit tout ce qui va vous arriver ces prochaines années. Qui serait assez stupide pour aller regarder ? » Si tu sais ce qui va t'arriver ces 50 prochaines années, tu es déjà mort.

Un homme est assis sur un ponton, dans une attitude un peu douteuse. Exercice :

- ➔ Auriez-vous continué à marcher ou vous seriez-vous arrêté ?
- ➔ S'il se jette qu'auriez-vous fait ?

### **La surprenance**

Surprendre l'autre pour l'« énerger », en lui passant notre énergie. Exercice :

- ➔ dire quelque chose à une personne qu'on est sûr de surprendre
- ➔ faire quelque chose à une personne qu'on est sûr de surprendre

Le mot de la fin par Nahum : « Nous avons eu un énorme plaisir à travailler avec vous. Dans un monde capitaliste, cela fait plaisir de rencontrer des personnes qui travaillent encore pour la beauté du geste. »