

Projet de diffusion des rondes de parole en Rhône-Alpes



Thérapie Communautaire Intégrative



« Espace d'Écoute, de Parole et de Lien »

« Chacun de nous a acquis à travers ses expériences de vie,
des connaissances et savoir-faire qui peuvent être utiles aux autres ».

Ces espaces sont gratuits, libres et ouverts à tous.

Ces moments d'écoute, de parole et de lien appelés aussi « rondes » de TCI, se déroulent dans un climat de confiance et de bienveillance.

Ces rencontres s'appuient sur la mine d'or des expériences de vie des participants qui sont invités à faire part de leurs savoir-faire à partir d'une situation problème retenue par le groupe.

Bien plus qu'un « groupe de parole » selon notre entendement occidental, la TCI est un véritable outil de transformation psycho-sociale, individuelle et collective.

C'est une pratique innovante où les échanges se déroulent de façon circulaire et horizontale.

Il n'y a pas d'obligation de parole.

Les buts de la TCI ?

- ✓ Recréer et développer le lien social pour éviter l'isolement, la « précarisation » et l'exclusion.
- ✓ Accueillir la souffrance.
- ✓ Valoriser les échanges et les savoir-faire.
- ✓ Favoriser la découverte des ressources individuelles permettant l'« autonomisation ».
- ✓ Développer le soutien social et l'insertion.
- ✓ Restaurer l'estime de soi en réveillant et valorisant les savoirs issus de l'expérience de vie.
- ✓ Stimuler la résilience des individus, des familles et des groupes.
- ✓ Découvrir la diversité culturelle et les ressources collectives comme des richesses.

Un Collectif de diffusion de la TCI en région Rhône-Alpes ?

Un collectif de diffusion de la TCI en Rhône-Alpes a été mis en place notamment par l'association ETC. afin de répondre à la mission que l'Agence Régionale de Santé Auvergne-Rhône-Alpes lui a confié de diffuser les rondes d'écoute, de parole et de lien.

- ✓ Il comprend des membres de nombreuses associations et institutions : MDM (Médecins du Monde), l'association ETC. (Et Cætera), VSA (Vivre Sans Addiction), CCAS (Centres Communaux d'Action Sociale), ALTÉA, CMP (Centres Médico-Psychologiques), France Travail (anciennement Pôle Emploi)...
- ✓ Ces associations se sont donné pour mission de diffuser les espaces d'Écoute, de Parole et de Lien dans la région Rhône-Alpes, espaces appelés rondes de TCI.
- ✓ Ce collectif propose une sensibilisation, des informations, des présentations, des conférences et des formations à la Thérapie Communautaire Intégrative (TCI).

Comment contacter le Collectif ?

Le collectif peut être contacté par courriel sur son adresse : collectifrondesdeparole@gmail.com

Qu'est-ce que la Thérapie Communautaire Intégrative ?

- ✓ C'est un temps d'échange et de partage d'expériences. À partir d'une situation problème choisie parmi les différentes souffrances exposées par les participants, chacun est invité à faire part des connaissances et apprentissages qu'il a fait en rencontrant une situation similaire.
- ✓ Ces rondes de partage ne s'adressent pas à la pathologie, mais prennent en compte les souffrances. Le partage des expériences et des savoir-faire acquis au cours de leur vie offre un éventail d'options, stratégies, savoir-faire qui stimulent les capacités de résilience et la possibilité de faire autrement.
- ✓ Née sous l'impulsion du Pr. Adalberto Barreto, dans les favelas du Nordeste brésilien (MISMEC-Quatro-Varas), la TCI a été reconnue d'utilité publique au Brésil et validée par l'OMS pour lutter contre l'exclusion, les maladies, le mal-être, les souffrances, la violence et les conduites addictives, etc.
- ✓ Au Brésil, la formation à la TCI est une priorité pour les travailleurs du sanitaire et social.
- ✓ En France, la TCI existe depuis plus de 30 ans, elle s'est développée, affinée, enrichie et adaptée au cours de ces années.
- ✓ En Europe elle se pratique maintenant dans divers contextes : associations, institutions, espaces sociaux, centres de soins et de prévention, hôpitaux, milieux éducatifs, écoles, instituts de formation des travailleurs sociaux (Ocellia), cafés associatifs, associations sanitaires et sociales, addictologie, personnes âgées...

Pour qui ?

- ✓ La Thérapie Communautaire Intégrative est adaptée à tout public. Certaines rondes sont plus particulièrement ciblées, adaptées à des besoins spécifiques (personnes exilées et leurs accompagnants, addictologie, hôpitaux, cliniques, ...).
- ✓ Toute association ou institution peut s'approprier cette pratique dans son cadre d'intervention ; la formation est accessible à tout un chacun.
- ✓ Pour plus d'informations et de documentations, contacter l'[Association TCI Rhône-Alpes](#).

Le Collectif de diffusion de la TCI Rhône Alpes propose un module de formation d'animateur de rondes de parole selon la Thérapie Communautaire Intégrative.

La formation d'animateur des rondes d'écoute, de parole et de lien ?

- ✓ Le module de formation se déroule en quatre jours (deux fois deux jours espacés d'un mois).
- ✓ Il est complété par des interventions en présentiel ou en visioconférence.

Méthodes pédagogiques

La formation met à profit les valeurs de la TCI : Échange d'expériences et co-participation horizontale (pédagogie inspirée des méthodes de Paulo Freire).

La pratique est au premier plan, l'entraînement des stagiaires à l'animation est complété par des apports théoriques et pratiques.

On utilisera pour tous les modules et les supervisions les méthodes suivantes :

- ✓ L'observation participante : le stagiaire fera des allers-retours entre la participation et l'animation des différentes étapes de la ronde en TCI et fera l'expérience de construction co-participative du travail en groupe ;
- ✓ Apprentissage actif ; entraînement quotidien à l'animation ;
- ✓ Dynamiques psychocorporelles d'auto-connaissance visant à partir de l'expérience corporelle, à identifier les ressources propres à chacun, ressources qui seront mobilisables pour l'animation des groupes ;
- ✓ Apport de connaissances théoriques (diaporamas, méthodes interactives) ;
- ✓ Travail en petits groupes avec restitution en plénière ;
- ✓ Chaque séquence est ouverte par une brève « dynamique », exercice psychocorporel ayant pour objectif d'installer la dynamique de groupe, d'ouvrir aux ressources de l'enfance et de la culture populaire (chants, comptines, rondes, etc.) et de mettre en lien le corps, les émotions et la pensée.

Les deux premiers jours seront consacrés à l'apprentissage du déroulement de la ronde, l'étude de l'accueil sera privilégiée.

Principes et déroulement de la Thérapie Communautaire

Dans la thérapie communautaire, la parole est un remède pour celui qui parle comme pour celui qui écoute. La parole devient constructive.

C'est le partage des expériences de vie entre les participants qui montre les issues possibles et permet à la communauté de trouver en elle-même les solutions à des problèmes, qu'isolement la personne, la famille et les services publics n'ont pas été en mesure de trouver.

Sa méthodologie rend possible de prendre soin de la personne dans des espaces publics, en stimulant la communauté à utiliser sa créativité pour construire une vie plus digne et citoyenne, en rassemblant les acteurs les plus divers dans une pratique d'action conjointe et complémentaire.

La Thérapie Communautaire est une **approche centrée sur les solutions partagées** et non sur les problèmes. La cible de l'intervention, c'est la souffrance, jamais la pathologie.

On ne cherche pas à identifier les faiblesses et les manques par lesquels l'autre deviendrait l'objet de notre intervention et resterait passif.

L'autre est un partenaire actif.

Au-delà de leurs souffrances, c'est la recherche de solutions et la volonté de résoudre leurs difficultés qui réunissent les personnes.

Le travail de groupe est privilégié, il fonctionne comme un « **bouclier protecteur** » pour les personnes les plus vulnérables.

Une séance se déroule en 6 étapes qui viennent rythmer et structurer ce temps de partage.

1. Un temps d'accueil

Au commencement de chaque séance, on se souhaite la bienvenue et on rappelle pourquoi on est là. Le groupe devient **lieu d'accueil et de soin**, grâce au respect de règles de tolérance précises assuré par les deux animateurs formés.

Ces règles sont énoncées comme suit : écoute bienveillante et attentive, respect de la parole de l'autre, pas de conseil, pas de jugement, d'analyse ni d'interprétation, parler seulement à la première personne des expériences vécues et proposer si l'idée vient en résonance avec ce qui est dit, des chansons, poésies, blagues, dictons... supports culturels hérités de la mémoire collective.

Ensuite, on partage un moment qui « brise la glace », une dynamique interactive de groupe qui peut prendre la forme d'un jeu, d'une danse, d'une chanson, d'une mise en mouvement du corps...

Ce temps d'accueil garantit une ambiance « accueillante et chaleureuse ».

La convivialité renforce la cohésion du groupe et augmente son énergie.

La Thérapie Communautaire se base sur **les relations humaines, affectives et culturelles**.

2. Le choix du thème

Les personnes qui le souhaitent prennent la parole et exposent brièvement leur problème : les soucis du quotidien, ce qui empêche de dormir, une épreuve à surmonter...

Ce n'est pas le lieu des grands secrets.

Un dicton brésilien énonce : « **Lorsque la bouche se tait, les organes parlent. Lorsque la bouche parle, les organes guérissent** ».

Dans une séance de Thérapie Communautaire, on part donc d'une « **situation-problème** » (insomnie, rupture, alcoolisme, violence, abandon...) présentée par une personne et choisie par le groupe parmi plusieurs propositions : seul le thème **qui fait écho**, qui touche le plus de monde sera retenu après un vote.

Accueillir la souffrance causée par des situations stressantes, en créant un espace de partage de cette souffrance et réfléchir à partir de là, permet de digérer une anxiété paralysante, source de risque pour la santé : « **ne plus se sentir seul et pouvoir compter sur d'autres** ».

3. La contextualisation

À partir de cette situation choisie, les animateurs et le groupe cherchent à stimuler par leurs questions une meilleure compréhension du problème pour la personne, à favoriser un plus grand degré de conscience (de ses émotions, de ses valeurs), à comprendre le problème dans son contexte.

Voir au-delà du symptôme, le potentiel de la personne, la compétence acquise par sa propre expérience de vie, la manière dont elle a pu surmonter ses difficultés.

4. La problématisation

À cette étape, on demande à la personne d'écouter à son tour les autres et de rester en silence.

La question-clé qui déclenche la réflexion collective est : « **Qui de vous a déjà vécu quelque chose de semblable et qu'avez-vous fait pour vous en sortir ou vivre avec ?** ».

La question-clé peut être aussi une question d'ordre symbolique, plus large : « **Qui a déjà vécu une situation où il s'est senti à bout (physiquement, psychologiquement), dans une impasse ?** » (vécu d'abandon, d'isolement, d'usure, de détresse, etc.).

Plusieurs personnes partagent leurs expériences.

C'est l'étape la plus longue de la séance, qui permet la valorisation et le partage des ressources.

La solution est « *dans le collectif et ses interactions, dans le partage, dans les identifications à l'autre, dans le respect des différences* ».

Se sentir membre d'un groupe a des effets régulateurs sur les comportements individuels.

5. La clôture

Un rituel de fin de séance est proposé (comme former un cercle en se tenant les épaules ou les mains) visant à renforcer les liens et le sentiment d'appartenance.

C'est un moment où l'on partage son ressenti sur le vécu de la séance et ce que chacun emporte avec soi.

6. L'appréciation de la séance

Le groupe cherche à évaluer l'animation de la séance et son impact en profitant des enseignements apportés par tous.

Les deux jours suivants : l'expérience de nombreuses rondes donnera matière à réfléchir sur la fonction et la posture de l'animateur, un temps sera réservé à l'étude des conditions de la mise en place et la pérennité des rondes.

Supervision

Les temps de supervision réguliers sont inclus dans le programme.

« Personne n'est si pauvre qu'il n'ait rien à donner,
personne n'est si riche qu'il n'ait rien à recevoir »