



## **Psychotraumatologie centrée compétences**

### **ANIMATION DE GROUPE**

SEPTEMBRE 2023

Laetitia de Schoutheete

## **Animation d'un groupe**

- Emmener de la confiance
  - être dans le ventral –
  - sourire,
  - faire du lien,
  - Faire des blagues, mettre à l'aise
- Privilégier le groupe et non l'individu
- Berges et flow
  - Berges : structure – règles de protection
  - Flow/flot : aller avec le courant / oxytocine

# Animation d'un groupe

- Gérer les personnalités complexes
  - Ecouter et cadrer
  - Proposer des temps individuels pour calmer les angoisses
- Santé mentale communautaire
  - Apaiser les corps ensemble
  - S'assurer que tout le monde soit dans sa fenêtre de tolérance
- Ne pas partager du négatif mais se centrer sur le positif
- Identifier les personnes orientées relations / tâche

## LES COMPÉTENCES CULTURELLES ET COMMUNAUTAIRES



## Et les traumatismes collectifs massifs?

- Génocide au Rwanda 1994: 1 million de Tutsis tués en 3 mois entre avril et juillet 1994
- 25 ans après: du chaos vers la résilience partagée
  - Les groupes de parole menés dans une approche communautaire montrent des résultats de **pacification** sociale dans les villages où vivent des Hutus et des Tutsis
    - Les personnes elles-mêmes le disent
    - Les responsables politiques des villages et des regroupements de villages font état d'une baisse importante des conflits à gérer
    - Les communautés, au fil du temps prennent la relève pour organiser, de manière autonome, la suite des activités communautaires

## L'expérience Rwandaise



- **Simon Gasibirege** (ancien professeur Université de Butare/Huye et fondateur de LIWOHA) a contribué à mettre en place les Gacaca, les tribunaux populaires centrés avant tout sur la reconnaissance des atrocités commises
- Sur la demande des membres des communautés, il a mis en place des **groupes de parole hétérogènes**, comportant des victimes et des agresseurs
- Selon S.Gasibirege, autant les victimes que les agresseurs sont traumatisés et ont besoin d'aide

## Les ateliers communautaires par Simon Gasibirege

- Chaque atelier commence
  - avec une discussion sur les **règles de sécurité** pour chacun,
  - les conditions pour pouvoir s'exprimer et
  - un **engagement fort de chacun**, devant toute la communauté à les respecter, parfois un engagement écrit
  - Ces discussions pouvaient durer des heures et la suite n'est abordée qu'une fois l'engagement de chacun obtenu
- **Ateliers de conscientisation**
  - **Echange des expériences**
    - Explication sommaire du trauma
    - Stabilisation et durée de 3 jours
    - But: amener les personnes comprendre qu'ils sont blessés

## Les ateliers communautaires par Simon Gasibirege

- **Ateliers de guérison**: un cheminement en plusieurs étapes
  - Guérir de la mort: atelier sur le deuil,
  - Mettre de l'ordre dans ses émotions: atelier centré sur la gestion des émotions
  - Recouvrer la relation pacifiée à soi-même et à autrui: atelier sur le pardon et la réconciliation
  - Devenir pilote de sa vie et lui aménager un avenir approprié: atelier sur les projets de vie
  - Chaque atelier dure 5 jours

## Les ateliers de justice réparatrice pour faire face aux violences domestiques, conflits de voisinage,...

- Prise en charge par une approche communautaire: tout le village se mobilise
- Les voisins sont considérés comme des membres de la famille proche
- Un travail de médiation préalable est effectué
- Lorsque les personnes sont prêtes à avancer vers une réconciliation, rencontre avec le village,
  - Où tous les protagonistes mettent en mots ce qu'ils ont traversé
  - Où tout le monde s'exprime sur les changements observés
  - Où des actions de réparation sont envisagées et
  - Un engagement pris devant toute la communauté
- Documentaire: Les cornes de la vache

## Les ateliers communautaires



- **Ateliers récréatifs**
  - Rencontres régulières centrées sur la gestion du quotidien
  - Danse et chants partagés
  - But: consolidation de liens solidaires et transmission renouvelée de la culture rwandaise





Les groupes communautaires/ le travail collectif



### Etapes de la Thérapie communautaire

- ✓ ACCUEIL (+ ou - 7 min)
- ✓ CHOIX DU THEME (+ ou -10 min)
- ✓ CONTEXTUALISATION (+ ou -15 min)
- ✓ PROBLEMATISATION (+ ou - 45 min)
- ✓ CLOTURE (+ ou - 15min)
- ✓ EVALUATION, REFLEXION ET LEÇONS QU'ON EN TIRE (+ ou 5 min)