

Un Inter Self-help : un dimanche matin à Paris

Écrit par Marie ALLENBACH de Lausanne (SUISSE)
Lundi, 02 Juillet 2012 08:10

Le lieu du rendez-vous ; : Daumesnil, 9h30 le 1er avril 2012 ! pour cet Inter Self-help bégaiement. La veille, nous nous étions tous retrouvés sur la péniche pour fêter les 20 ans de l'APB, moment oh combien important pour nous qui souffrons du bégaiement !

Ce matin là, les villes de Grenoble, Lausanne, Lyon, Nantes, Paris, Rennes, Saint-Etienne étaient représentées.

Le compte-rendu avec la photo des participants, cliquer sur "Lire la suite", d'ailleurs, faut voir le tableau 📄



De gauche à droite : Françoise, Roselyne, Isabelle, Fabienne, Jean-Paul, Yves, Marie, Alain, Isabelle, Caroline, Xavier, François.

Un Inter Self-help : un dimanche matin à Paris

Écrit par Marie ALLENBACH de Lausanne (SUISSE)
Lundi, 02 Juillet 2012 08:10

Lors de cette inter Self-help, plusieurs questions ont été débattues ce matin-là, j'ai trouvé que c'était une réunion riche et vivante. J'ai choisi de résumer la discussion en deux axes :

- La vie du groupe et la vie dans le groupe.



D'abord la vie du groupe

Quelqu'un demande s'il est souhaitable de se voir en-dehors des séances pour faire ensemble d'autres activités. Les rapports d'amitié individuels existent semble-t-il dans tous les groupes, et dans tous les groupes il y a des gens qui se voient pour faire d'autres activités. La seule chose à laquelle faire attention étant de ne pas exclure systématiquement certaines personnes du groupe.

Beaucoup de groupes font la dernière séance au bistro, ou alors organisent un pic-nic de fin de saison. Ça peut aussi être une occasion d'inviter des gens qui ne font pas (encore) partie du groupe et de recruter de nouveaux membres. Le site Forum-Bégaiement, le site Horizons self-help sont aussi des moyens pour faire connaître l'existence de nos groupes dans un plus large rayon.

Certains soulignent l'importance de passer un bon moment ensemble, d'autres rappellent que le self-help est aussi une démarche qui aide à se responsabiliser par rapport à son bégaiement.

Les activités proposées dans les groupes lors des rencontres sont nombreuses : mime, lecture à haute voix, jeux de rôles, .. Une liste des activités proposées est à disposition de tout le monde sur le forum du bégaiement : <http://forum-begaiement.fr/self-help-f40.html>

La vie dans le groupe

Nous avons parlé de résolution de conflits, et de l'importance dans chaque groupe d'avoir une personne responsable, afin de pouvoir trancher en dernier recours quand un problème semble insoluble.

Certains groupes se sont trouvés confrontés à des personnes dont le comportement était très perturbateur ; dans la mesure où le groupe avait une assise forte, il a pu faire comprendre à cette personne que son comportement était inadéquat par rapport au reste du groupe.

D'autres personnes sont au contraire difficiles à intégrer parce qu'elles ne parlent pas du tout, et qu'elles ne prennent aucune initiative. Il faut alors chercher comment leur faire une place, par exemple en leur proposant de co-animer une séance.

Cependant il faut se rappeler que même ceux qui semblent très peu s'exprimer trouvent quelque chose dans le self-help, à preuve qu'ils reviennent régulièrement chaque mois depuis des années.

Le rôle du self-help est basé sur l'entraide mutuelle et permet d'accompagner chacun dans sa démarche de prise en charge de son propre bégaiement, à son rythme et à sa manière.

Plusieurs personnes soulignent l'importance d'animer à tour de rôle la rencontre, sans pour autant en faire une obligation. Ça permet de diversifier les activités proposées, et donne la possibilité à chacun d'expérimenter à tour de rôle la fonction de modérateur, avec ses exigences et ses difficultés.

Dans certains groupes, le tour de table qui débute normalement la séance est important, parce qu'il permet à chacun de se présenter aux autres, même si pour le moment il n'a pas envie d'en dire plus. Dans d'autres groupes, liberté est donnée à la prise de parole, cela permet à certains d'attendre d'être en climat de confiance pour s'exprimer.


Un Inter Self-help : un dimanche matin à Paris

Écrit par Marie ALLENBACH de Lausanne (SUISSE)

Lundi, 02 Juillet 2012 08:10

Tout groupe devrait de temps en temps revenir à ses « fondamentaux » : se dire les uns aux autres ce qu'on vient chercher au self-help, pourquoi c'est important pour nous.. La charte peut être un point de départ.

Pour clore cette réunion, Xavier nous a présenté l'écriture participative,

C'est la possibilité pour chaque groupe de participer collectivement à l'écriture d'un article que l'on pourrait publier sur notre site. Xavier nous a proposé d'utiliser l'outil informatique mis à disposition par google. Il ouvrira un document en tant qu'administrateur et nous pourrons ainsi nous l'approprier et le tester. Au préalable, chacun d'entre nous devra choisir une couleur d'écriture 

La proposition de formation à la conduite de groupes d'entraide n'a pas été retenue dans l'immédiat |

Marie ALLENBACH de Lausanne (SUISSE)