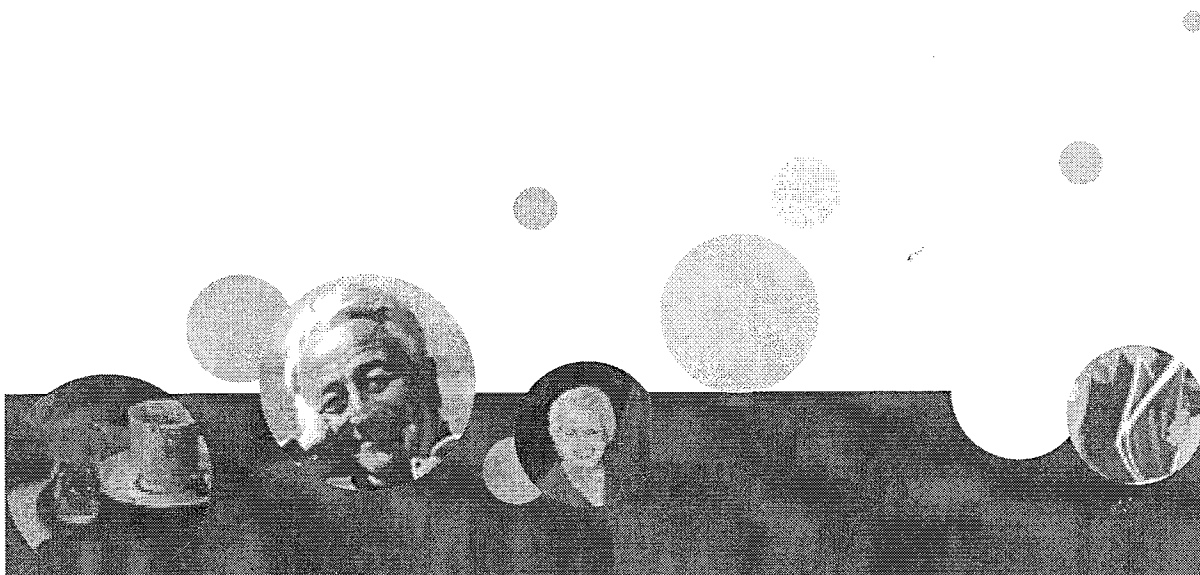




European Federation of  
Associations of Families of  
People with Mental Illness



Programme de formation:  
Personnes ayant  
l'expérience intime de la  
souffrance psychique



---

# Avant Propos:

Prospect est une initiative européenne de formation, initiative originale et innovante qui ouvre de nouvelles perspectives à ceux qui ont l'expérience directe de la maladie mentale, qu'ils aient l'expérience intime de la souffrance mentale, ou qu'ils soient les proches ou les amis d'un malade ou des professionnels de la santé ou de l'aide sociale.

Cette initiative a débouché sur trois programmes de formation pour les participants appartenant à chacun de ces groupes et un module dénommé « tronc commun » pour les participants issus des trois groupes.

Prospect résulte d'un projet développé par la Fédération Européenne des Associations de Familles de malades mentaux (EUFAMI) et a été le point de rencontre de l'intérêt pour la cause en question et de l'énergie de seize organisations partenaires et des représentants de malades psychiques, de familles et premiers aidants naturels, des professionnels de la santé et des services sociaux de douze pays européens.

Les programmes de formation sont disponibles dans la langue de chaque partenaire.

## Prospect est original et innovant

Les programmes de formation ne reposent pas sur la transmission d'informations mais sur la participation active à un groupe. Ils incitent les participants à partager leurs propres expériences singulières afin de déboucher sur de nouveaux schémas de pensée en ce qui concerne l'intégration sociale, l'éducation ou la formation et les chances d'accès au travail. On propose aux participants, engagés dans le processus d'un groupe structuré, des idées fondées sur le modèle des bonnes pratiques et des exercices interactifs.

Ce processus s'appuie sur la formation de pair à pair. Les animateurs du Programme de formation Prospect sont les premiers concernés par le programme qu'ils présentent.

## Les Programmes de formation PROSPECT

La philosophie fondamentale des Programmes de Formation Prospect est de rompre le cycle de l'isolement social, du rejet et de la discrimination et de permettre aux participants de s'engager sur leur propre chemin vers le rétablissement.

Le Programme de Formation destiné aux Familles et Amis répond aux besoins des membres de la famille et des amis d'accéder à leurs droits, leur permet de reprendre confiance, améliore leur capacité à faire face, les aide à reprendre le contrôle de leur vie et améliore leur qualité de vie.

Le Programme de formation pour les personnes qui ont l'expérience intime de la souffrance psychique est axé sur la rémission fonctionnelle. Il est conçu pour favoriser l'insertion sociale ainsi que le développement des compétences et des opportunités professionnelles des usagers du système de soins de santé mentale.

Le Programme pour les Professionnels de la Santé et des Services Sociaux s'appuie sur cette idée directrice que le rôle des Services de Santé est de permettre l'accès à la citoyenneté. Cela replace l'usager dans son contexte social, ce qui entraîne la reconnaissance des besoins de familles et des amis en tant qu'individus.

Le Module « tronc commun » ou « Communication à Trois » rend plus efficace la communication entre les membres des trois groupes cibles.

Cette copie du Manuel du Programme de Formation Prospect doit être utilisée par un Animateur qualifié Prospect.

Elle doit être utilisée **UNIQUEMENT** par un animateur du Programme de Formation Prospect. Elle ne doit **PAS** être donnée aux participants d'un stage de Formation Prospect. Les participants à un Programme de Formation Prospect devront recevoir des copies des documents spécifiquement conçus à leur intention.

Le droit de reproduction de tout le matériel est détenu conjointement par les partenaires **PROSPECT**.

Une plus ample information sur PROSPECT est publiée par le Centre de Développement de Prospect sur le site de l'EUFAMI : <http://www.eufami.org>

# Introduction Générale à Prospect

Actuellement 1 % des malades mentaux ont un emploi à temps plein, 24 % sont employés à temps partiel et 75 % ne travaillent pas. Cependant leur position culturelle et légale évolue, et il y a un changement de regard sur le trouble mental fait qu'il est perçu désormais comme maladie induisant un handicap psychique améliorable. Les initiatives ayant pour but l'emploi normal de malades psychiques et les courants de la réhabilitation psychiatrique en attestent. Ces tendances marquent le point de départ de la fin de l'exclusion historique des malades psychiques de la société en général et du marché du travail en particulier. Les changements dans les soins médicaux et les systèmes d'aides sociales, marqués par la fermeture de lits d'hôpitaux, et la tendance continue à vouloir remettre le malade dans la cité sont une preuve de ce changement de regard. Cependant, dans beaucoup de pays les effets combinés de la maladie se traduisent pour les aidants naturels par une charge excessive, l'isolement, la stigmatisation et la discrimination, ce qui conduit à la réduction de leurs capacités à prendre un emploi ou à le garder, particulièrement chez les femmes (73 % - 88 %) dont une grande proportion disent qu'elles veulent travailler et à un accès plus difficile à des stages de formation ou stages professionnels pour adulte pour les frères et sœurs plus jeunes de la famille.

L'Organisation Mondiale de la Santé estime qu'à l'échelle Européenne 4-5 millions de personnes souffrent de troubles psychiques et que quelque 15 millions de membres des familles sont concernés. Ces facteurs mettent au grand jour les défauts dans la formation professionnelle et de l'offre de formation et soulignent le besoin criant de stages de formation professionnelle spécifiques et de méthodes et d'approches de formation qui constituent un indispensable tremplin et qui permettent d'ouvrir et d'étayer de nouvelles perspectives vers l'intégration sociale et l'accès à l'emploi des personnes souffrant de troubles psychiques et de leurs aidants naturels.

## Historique du Projet PROSPECT

PROSPECT est un projet de partenaires européens qui a débuté fin 2001 et s'est développé sur trois ans.

PROSPECT résulte d'un projet développé par la Fédération Européenne des Associations de FAMILLES de malades mentaux (EUFAMI) et a été le point de rencontre de l'intérêt pour la cause en question et de l'énergie de seize organisations partenaires et des représentants de malades psychiques, de familles / aidants naturels, des professionnels de la santé et des services sociaux de douze pays européens.

L'idée de développer les programmes de formation a été lancée à l'origine lors d'un séminaire de l'EUFAMI qui s'est déroulé à Dublin, en Irlande pendant l'été 1998. Y assistait Ken Alexander qui a présenté son approche de la formation des familles aidantes. Les membres des familles qui y participaient ont pris la décision de prolonger cette collaboration à un niveau européen pour développer un matériel de formation qui renforcerait les compétences des aidants et changerait réellement la vie de leur proche malade. Des discussions et des consultations avec toute une gamme de parties intéressées pendant les deux années suivantes ont nés le projet Prospect et la constitution d'un partenariat.

Les Programmes de Formation Prospect ont été conçus en s'inspirant des modèles de bonnes pratiques tirés de l'expérience des partenaires européens.

La conception par modules rend l'utilisation de Prospect flexible et adaptable localement aux besoins de chaque pays.

Les Programmes de Formation sont maintenant disponibles dans douze langues européennes et on a créé un Centre de Développement de Prospect. Il favorisera l'utilisation dans le futur des programmes de formation par les partenaires et fournira un cadre qui permettra à d'autres pays de participer et mettre en œuvre les programmes.

## Financement :

Le projet Prospect a été financé par la Commission Européenne via le programme Léonard de Vinci, par une subvention de formation du Laboratoire Eli Lilly & Compagnie et les fonds propres des partenaires du projet.

---

# La structure du Programme de Formation

## Prospect

La conception par modules des programmes Prospect rend leur utilisation flexible et adaptable localement aux besoins de chaque pays. Le contenu des programmes est conçu pour toucher des points souvent évités dans les stages de formation habituels. Les animateurs sont issus du public concerné par chaque programme.

Les programmes accordent une importance particulière à ce que les participants utilisent leurs propres connaissances subjectives et leur expérience et qu'ils les échangent au sein de leur groupe. Sans nier les améliorations des services hospitaliers psychiatriques en Europe on constate qu'il subsiste un besoin d'exploiter et de partager l'expérience et la sagesse précieuses que seule peut posséder la personne directement affectée d'une façon quelconque par la maladie psychique.

Les programmes s'appuient sur la certitude que si on leur procure une ambiance qui ne les rejette pas et les comprend, les personnes atteintes d'une maladie psychique et leurs aidants naturels ou leurs amis pourront reprendre espoir, reprendre contrôle de leur vie et retrouver des compétences, des savoir-faire et des capacités qui définissent chaque personne humaine.

Les programmes sont un composé particulier de méthodes de formation, d'approches et d'information, qui permettent d'acquérir des savoir-faire (y compris des séquences de psychopédagogie), des savoir-être qui améliorent la communication, la coopération et le travail en équipe.

## A qui sont destinés les programmes de formation Prospect ?

A toute personne directement concernée dans sa vie par la maladie psychique, qu'elle en ait l'expérience intime, qu'elle soit le parent aidant, l'ami ou un professionnel de la santé ou d'un service social.

### Terminologie

Prospect utilise les termes suivants :

- L'expression « **La Famille et les Amis** », représente n'importe quelle personne touchée par la maladie mentale, n'importe quelle personne qui connaît une personne atteinte de maladie mentale ou qui a des liens avec elle.
- L'expression « **Les Usagers** » concerne les personnes qui ont l'expérience intime des troubles mentaux ou de la maladie mentale.
- L'expression « **Les Professionnels de la santé ou des Services sociaux** » s'applique à tous ceux qui travaillent à l'hôpital ou dans une structure sociale.

# Contenu du Programme de Formation pour les Familles et les Amis

Le Programme de Formation des Familles et Amis répond aux besoins des membres de la famille et des amis d'accéder à leurs droits, leur permet de reprendre confiance, améliore leurs capacités à faire face, les aide à reprendre le contrôle de leur vie et améliore leur qualité de vie.

Il faut prévoir deux animateurs pour un groupe d'environ douze stagiaires.

Le programme comprend dix modules qui peuvent se dérouler sur une période de dix semaines.

- Module 1** Faire connaissance
- Module 2** La maladie mentale, (ce que) nous en avons appris
- Module 3** Reconnaître les pressions
- Module 4** Identifier et reconnaître le stress
- Module 5** Le travail du deuil
- Module 6** Techniques actives pour faire face
- Module 7** Techniques raisonnées pour faire face
- Module 8** Réseau d'aides
- Module 9** Changer et se trouver des objectifs
- Module 10** Conclusion, Evaluation, Adieux



## **LES ATELIERS D'ENTRAIDE PROSPECT**

### **Faire face dans la durée à la maladie psychique d'un proche**

**PROSPECT** a été conçu par l'EUFAMI qui regroupe 23 pays au niveau européen dont l'UNAFAM.

Les programmes d'éducation et d'information des familles ont souvent été dispensés par les professionnels de la maladie mentale. Les ateliers d'entraide Prospect se situent en complémentarité de ces programmes, basés sur les «14 Principes à l'usage des proches» de Ken Alexander, ils sont animés par des pairs. Expérimentés dans de nombreux pays européens et dans 4 départements français, ils ont recueillis la satisfaction des participants.

PROSPECT est un corpus de 3 programmes : un programme pour et par les personnes « ayant l'expérience intime de la souffrance psychique », un programme pour et par les professionnels et un programme pour et par les familles et les amis, à ceci s'ajoute un programme tronc commun.

A ce jour nous ne développons en France que le programme concernant les familles et les amis, il s'adresse à toute personne affectée par la maladie mentale d'un proche.

**Prospect** offre, de par sa conception, un climat d'espoir et de compréhension où les **proches** de malades peuvent **échanger et étudier leurs expériences, reprendre confiance** en eux, découvrir ou redécouvrir en eux-mêmes **des compétences** et des forces pour **faire face** et de ce fait, remettre un peu **d'ordre dans leur vie et en améliorer la qualité**.

#### **Description :**

Les ateliers sont conçus sous la forme flexible de 10 **modules**, dont la fréquence est **adaptable aux besoins locaux**. Il se peut que certaines sections organisent le stage sur un week-end alors que d'autres préféreront un rythme hebdomadaire sur plusieurs mois. .

#### **Objectifs :**

On aidera les participants à :

- Revenir sur la détresse profonde, le traumatisme que la maladie mentale grave a causés dans leur vie
- Se comprendre mutuellement et susciter l'envie de changer personnellement
- Examiner et échanger les moyens de réduire l'isolement et les stratégies réactionnelles .
- Identifier et apprendre à utiliser des stratégies plus efficaces pour faire face
- Réfléchir à l'avenir en s'appuyant sur le réseau d'aides disponibles dans leur vie de tous les jours.
- Développer confiance et estime de soi

#### **Les animateurs :**

**Les deux animateurs sont des proches de malades bénévoles actifs de l'Unafam**. Ils partagent avec eux « un destin commun » et de ce fait sont à même de comprendre les situations, les sentiments et les émotions que les participants expriment au cours du stage. **Tous les animateurs ont participé pour eux-mêmes à l'ensemble des dix modules et reçoivent une formation continue en animation et en pédagogie des groupes**. L'équipe des animateurs de l'Unafam travaille en synergie avec le niveau européen.

#### **Evaluation :**

Tous les stages sont évalués. Ceci permet d'être sûr de fournir des stages qui répondent aux besoins des personnes.

**Contact :** Christine Chaise, référent nationale Prospect : [christine.chaise.girard@wanadoo.fr](mailto:christine.chaise.girard@wanadoo.fr)  
Hélène Davtian, [helene.davtian@unafam.org](mailto:helene.davtian@unafam.org)