

Accompagner l'envie d'agir des personnes dans la précarité et la fragilité psychique

Description courte

Cette formation s'adresse aux bénévoles et personnes salariées accompagnant des personnes en situation de précarité, d'exil ou de fragilité psychique dans leur engagement citoyen. Elle vise à mieux comprendre les parcours de vie, à ajuster la posture d'accompagnement et à soutenir le pouvoir d'agir des personnes accompagnées. Inscrite dans une démarche d'éducation populaire, elle articule apports accessibles, mises en situation et échanges collectifs. Le parcours comprend trois journées de formation initiale et quatre temps d'analyse des pratiques répartis sur une année. Il constitue un espace tiers favorisant la réflexivité, le collectif et un engagement bénévole durable.

Durée de la formation

3 journées (14h) et 4 demi-journée

Objectifs de la formation

- Comprendre les réalités et les spécificités des publics accompagnés (précarité, santé mentale, parcours d'exil).
- Acquérir des repères éthiques et pratiques sur la posture d'accompagnement.
- Identifier les leviers pour favoriser la mobilisation citoyenne et l'engagement.
- Renforcer la capacité à faire tiers et à travailler en réseau avec les professionnel·les du social.

Public et pré-requis

- Bénévoles et salarié·es d'associations impliqués·es dans l'accompagnement individuel à l'engagement.

Aucun pré-requis n'est nécessaire.

Nous nous engageons à faire en sorte que les personnes en situation de handicap puissent assister à la formation dans les meilleures conditions.

Déroulé de la formation

Jour 1 – Comprendre les publics et déconstruire les représentations

Séquence 1 – 3h30 : Comprendre les réalités des publics accompagnés

1. Approche sociologique des situations de précarité, d'exil et de fragilité psychique

Apports structurés et accessibles pour comprendre les mécanismes sociaux à l'œuvre dans les parcours de précarité, d'exil et de fragilité psychique. Il s'agit de replacer les trajectoires

individuelles dans des contextes sociaux, politiques et institutionnels plus larges, afin d'éviter les lectures uniquement psychologisantes ou individualisantes.

2. Parcours de vie et expériences de vulnérabilité

À partir de récits anonymisés, de vignettes ou de témoignages, cette séquence vise à rendre visibles la complexité et la discontinuité des parcours de vie des personnes accompagnées.

Séquence 2 – 3h30 : Travailler les représentations et poser les bases de la posture

3. Atelier de cartographie des représentations et idées reçues

Cette séquence propose un travail collectif autour des stéréotypes ou des présupposés que chacun·e peut avoir des publics accompagnés (précarité, exil, santé mentale, engagement).

4. Débat mouvant et analyse collective des points de vue

L'animation vise à faire émerger les tensions, les dilemmes et les zones d'incertitude propres à l'accompagnement de publics en situation de vulnérabilité.

5. Mise en perspective : premiers repères de posture bénévole

La journée se conclut par un temps de mise en perspective collective, visant à identifier les premiers repères de posture pour l'accompagnement.

Jour 2 – Posture d'écoute et relation d'accompagnement

Séquence 3 – 3h30 : Écoute, relation et cadre de l'accompagnement

1. Les principes de l'écoute active dans un cadre bénévole

Introduction aux fondements de l'écoute active appliqués à l'accompagnement bénévole, en distinguant clairement écoute, conseil, soutien et orientation.

2. La relation d'accompagnement : cadre, limites et responsabilité

Cette séquence aborde la question du cadre de la relation d'accompagnement : ce qui relève du rôle du bénévole, ce qui n'en relève pas, et comment poser des limites claires et sécurisantes.

Séquence 4 – 3h30 : Expérimenter, analyser et ajuster sa posture

3. Jeux de rôle et mises en situation d'accompagnement

Cette séquence propose des mises en situation inspirées de situations réelles d'accompagnement rencontrées à Astérya. Les jeux de rôle permettent aux bénévoles d'expérimenter différentes postures d'écoute, d'observer les effets de leurs attitudes et de tester des manières de poser un cadre relationnel.

4. Analyse collective des situations et ajustement de la posture

À partir des jeux de rôle et des situations apportées par les participant·es, cette séquence vise à développer une analyse collective des pratiques. Elle permet de mettre en mots les ressentis, les difficultés rencontrées et les dilemmes éthiques soulevés par l'accompagnement.

5. Prévenir l'épuisement et préserver son engagement

Ce temps permet d'aborder les effets émotionnels de l'accompagnement de publics fragilisés, les signaux d'alerte à repérer et l'importance de s'appuyer sur le collectif et les ressources existantes.

Jour 3 – Encourager l'engagement et accompagner les parcours

Séquence 5 – 3h30 : Comprendre l'engagement comme processus

1. Les différentes formes d'engagement citoyen

Panorama des formes d'engagement citoyen, formelles et informelles, accessibles aux personnes en situation de précarité ou de fragilité psychique.

2. Engagement, contraintes et pouvoir d'agir

Cette séquence aborde l'engagement comme un processus situé, traversé par des contraintes sociales, administratives, psychiques et matérielles.

Séquence 6 – 3h30 : Outiller l'accompagnement des parcours d'engagement

3. Études de cas : accompagner des parcours d'engagement

À partir d'études de cas issues de situations réelles, cette séquence propose un travail d'analyse collective des parcours d'engagement accompagnés par Astérya.

4. Co-construction des outils d'accompagnement

Les bénévoles sont invités à partager leurs pratiques, leurs besoins et leurs idées d'outils facilitant l'accompagnement à l'engagement. Le travail collectif permet de croiser les expériences et de renforcer l'appropriation des outils par les bénévoles.

5. Ajuster sa posture face aux réussites et aux renoncements

Temps de réflexion sur les effets de l'accompagnement, y compris lorsque les parcours d'engagement s'interrompent ou se transforment.

Jours 4 et 5 – Accompagnement dans la durée : analyses des pratiques

Format : 4 séquences de 3h30, réparties sur une année (1 séance tous les deux mois)

Séquence 7 – Entrer dans l'analyse des pratiques et poser le cadre

Installation du cadre de l'analyse des pratiques : règles de fonctionnement, confidentialité, non-jugement et co-responsabilité du groupe.

Séquence 8 – Analyser les situations complexes et les dilemmes d'accompagnement

Analyse de situations vécues comme complexes, ambivalentes ou sources de questionnements pour les bénévoles.

Séquence 9 – Ressentis, engagement et prévention de l'épuisement

Cette séance accorde une place centrale aux ressentis des bénévoles et aux effets émotionnels de l'accompagnement dans la durée. L'analyse des pratiques vise ici à repérer les signaux d'alerte, à travailler la régulation émotionnelle et à identifier les ressources individuelles et collectives mobilisables.

Séquence 10 – Ajuster sa posture et inscrire l'engagement dans la durée

La dernière séance vise à faire un bilan collectif de l'année d'accompagnement, en revenant sur les évolutions de posture, les apprentissages et les transformations des pratiques. Elle permet de travailler la question de la continuité de l'engagement, des ajustements nécessaires et des perspectives à venir.

La formatrice

Amélie Turlais est docteure en sciences de l'éducation et sociologue. Elle intervient depuis plusieurs années dans le champ du travail social et de l'accompagnement des personnes en situation de vulnérabilité, en lien étroit avec les acteurs de terrain. Son expérience en formation et

en animation d'espaces d'analyse des pratiques auprès de bénévoles et de professionnel·les nourrit une approche attentive aux situations concrètes, aux questions de posture et aux limites de l'engagement. Elle s'appuie sur des méthodes participatives et réflexives, issues de l'éducation populaire et de la recherche-action, visant à soutenir des pratiques respectueuses des personnes accompagnées comme des accompagnant·es.

Modalités de participation

Lieu de la formation : Locaux de l'association Astérya, 33 rue du Nord, 75018.

Nombre de participants : 14 participant.es maximum

Coût de la formation : à définir, avec possibilité d'une prise en charge par un OPCO.

Des questions sur la prise en charge par votre OPCO ? N'hésitez pas à contacter: pierre@asterya.eu

Modalités pédagogiques

La formation sera basée sur un échange permanent avec les participant.es et entre elles et eux, partant de leur expérience pour définir les aspects théoriques, s'appuyant sur des cas pratiques proposés par la formatrice et les participant.es pour appliquer concrètement les notions exposées à des situations réelles, et en particulier à son propre cas,

Modalités d'évaluation et d'accompagnement

L'évaluation de la formation s'inscrit dans une démarche formative et réflexive, tout au long du parcours. Elle repose sur des temps d'auto-évaluation individuelle, des échanges collectifs et des retours sur les situations travaillées, permettant aux bénévoles de prendre conscience des acquis, des évolutions de posture et des points de vigilance. Les espaces d'analyse des pratiques contribuent également à cette évaluation, en soutenant l'ajustement des pratiques dans la durée. Une attestation de participation pourra être délivrée, valorisant l'engagement des bénévoles et les compétences développées au cours de la formation.