



10 - Être attentif à l'unité de lieu et de temps des rencontres :

Être ritualisé : s'efforcer de tenir (presque) systématiquement les réunions régulières au même endroit et le même jour de la semaine. Ex : le 3ème vendredi de chaque mois dans la salle du CA du CCAS.

11 - Être attentif à l'ambiance du groupe :

Ne pas se priver d'organiser des temps propices à l'interconnaissance et au maintien d'une bonne ambiance. Ex : Pique-niques partageurs.

12 - La voix de chacun compte :

On peut s'autoriser à parler à divers titres. Il est par exemple possible de prendre position, en le précisant, au titre de son association, de son service, mais aussi à titre personnel (en tant qu'habitant de tel quartier etc.).



Groupe de travail Participations citoyennes

Quelques pratiques favorables à la Participation

Pour augmenter et améliorer la participation citoyenne des usagers en santé mentale, le GT participations citoyennes du Conseil rennais de santé mentale propose quelques préconisations à destination de personnes souhaitant organiser des temps de rencontres participatifs. Cette liste a été enrichie par la rencontre inter-Gem Bretagne du 25 octobre 2019.



Novembre 2020



1 - Partir des préoccupations des usagers :

Même si, bien sûr, chaque instance poursuit des objectifs et initiatives qui lui sont propres, on observe que, quand on co-construit les objets de réflexion et d'actions avec les usagers, la participation est bien meilleure.

2- Utiliser des techniques de mobilisations innovantes :

Les usagers, comme d'autres catégories de la population, ne vont pas s'engager spontanément. Il faut donc être volontariste. On peut, par exemple, utiliser la technique du «Phoning» – «Téléphonage» qui consiste à appeler les participants, en amont des rencontres. Cela permet de rappeler la tenue de la rencontre, de créer et de maintenir un lien en échangeant de façon informelle sur la vie du groupe, de prendre des nouvelles de la personne (de son moral et de ses activités, etc...). L'un des enjeux étant de renforcer l'engagement de la personne en lui proposant, par exemple, des éléments à l'ordre du jour de la prochaine réunion.

3 - Utiliser des techniques d'animations innovantes :

Le mouvement de l'éducation populaire a développé des outils d'animation de réunions qui permettent une meilleure participation des personnes. Même si les contraintes de certaines rencontres ne sont pas toujours propices à ces techniques exigeantes en temps, nous pensons que dans de nombreux cas de figures elles sont efficaces. Quelques exemples : faire des petits groupes ; des débats mouvants ; présentations croisées etc.

4 - Faire des pauses pendant les réunions :

Pour faciliter la concentration de tous : éviter les réunions trop longues et les rythmer de pauses toutes les heures. Si cette attention est importante, notamment pour les usagers qui consomment du tabac, elle est valable pour la bonne santé mentale de chacun et facilite le maintien d'une bonne ambiance.

5 - Faire attention au langage :

Les usagers ne sont pas des spécialistes de l'administration, ni même du soin en santé mentale. Il faut donc éviter un langage « technocratique ». Il faut ainsi s'appliquer à bien expliquer ce qui se «cache» derrière les sigles et vocabulaires spécifiques.

6 - Expliquer les enjeux des rencontres :

Pour les nouveaux arrivants, et avant les rencontres à enjeux particuliers, bien prendre le temps d'expliquer les attendus de ce temps, la position de chacun et les éléments auxquels il faudrait être attentif.

7 - Prendre en compte la spécificité psychique des usagers :

Certains usagers peuvent avoir des troubles psychotiques qui peuvent engendrer des « interprétations » nocives à leur participation. Par exemple : même si les choses peuvent paraître claires pour la plupart des participants, certaines personnes peuvent s'angoisser, « psychoter », par rapport aux décisions prises. Il faut en être conscient et adopter une attitude propice à la réassurance. Dès lors, les animateurs de la rencontre ne doivent pas hésiter, par exemple, à reformuler les décisions prises.

8 - Prendre en compte les rythmes des usagers :

Les usagers qui prennent des neuroleptiques peuvent être un peu assommés par leur traitement. Ils peuvent avoir besoin de plus de temps de récupération (fatigabilité). Dès lors, il faut organiser des rencontres, ni trop tôt, ni trop tard, ni trop longues.

9 - Ne pas sur-solliciter les usagers :

L'engagement des usagers dans les différentes instances peut susciter de l'engouement mais aussi du stress. Il ne faut donc pas polariser la participation citoyenne sur quelques usagers, mais tout faire pour que de nouveaux usagers s'engagent. D'autre part le fait de solliciter les usagers uniquement pour leur vécu psychiatrique peut être perçu comme très réducteur, il est préférable d'inviter aussi les personnes pour leurs compétences et leur expertise sur les sujets évoqués lors de la rencontre.