

Formation

**Accompagner autrement la souffrance psychique :
une approche centrée sur les ressources et les liens**

DATES : Les 25 septembre (journée complète) et les 9 et 16 octobre, 6 novembre et 4 décembre 2026
(demi-journées)

LIEU : en visioconférence sur ZOOM et en replay

DUREE : 21 heures

FORMATRICE :

Marie-Christine Cabié, psychiatre des hôpitaux et psychothérapeute, elle est aussi formatrice et superviseuse en thérapie familiale systémique, à la thérapie orientée solutions et au modèle de Bruges, à l'hypnose ericksonienne.

PUBLIC :

Cette formation s'adresse à toute personne impliquée dans l'accompagnement de personnes en souffrance psychique, qu'elle soit :

- Professionnelle du secteur sanitaire, social, éducatif ou associatif,
- Intervenante bénévole ou pair-aidante,
- Travailleuse sociale, éducatrice, psychologue, infirmière, enseignante, médiatrice, etc.

PRÉ-REQUIS :

- Pas de pré-requis technique.
- Une expérience, même ponctuelle, d'accompagnement ou de contact avec des personnes en souffrance est souhaitable.

OBJECTIF PRINCIPAL :

Acquérir des repères, des outils et une posture pour accompagner la souffrance psychique, y compris dans des contextes de crise ou de risque suicidaire, en mobilisant l'approche orientée solutions (AOS), le modèle de Bruges et les apports de l'approche systémique.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES :

- Décrire et différencier les notions de souffrance psychique, crise, détresse et risque suicidaire.
- Identifier les repères fondamentaux du modèle systémique, notamment la vision circulaire, les structures familiales (Minuchin), le cycle de vie familial et la notion de crise
- Comprendre et expérimenter les principes de l'approche orientée solutions (AOS) : posture de non-savoir, centration sur les ressources, exploration des exceptions, petits pas.
- Découvrir et mobiliser les outils du modèle de Bruges, en particulier pour les situations de grande souffrance ou de risque suicidaire.
- Renforcer leur capacité à créer un lien de confiance avec la personne en difficulté, même dans un contexte de crise.
- Explorer leurs propres représentations, postures et croyances, et développer une attitude réflexive vis-à-vis de leur pratique.
- Collaborer avec les proches et les partenaires dans une dynamique de co-construction, de soutien partagé et de réseau.
- Identifier des pistes concrètes de transposition dans leur contexte professionnel ou bénévole.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES : Présentation powerpoint, démonstration, jeux de rôles, travail en sous-groupes. Au cours des sessions, les participants seront sollicités pour présenter des situations qui serviront de base de réflexion.

PROGRAMME :

Demi-journée 1 : Cadres de référence et ouverture du questionnement

- Accueil et présentation des participants
- Cadre et intentions de la formation
- La souffrance psychique : repères cliniques, émotionnels et relationnels
- Souffrance, vulnérabilité, crise, détresse : quelles différences ?
- Réflexion partagée : comment je réagis face à la souffrance de l'autre ?
- Exercice introspectif en sous-groupes : *"Ma boussole d'accompagnant"*

Demi-journée 2 : Repères systémiques pour penser la souffrance

- Introduction au modèle systémique : vision circulaire, contexte, relations et interactions
- La famille comme système : structure familiale selon Minuchin (frontières, hiérarchies, alliances)
- Le cycle de vie familial : crises et transitions
- Souffrance individuelle vs souffrance contextuelle
- Les systèmes de co-construction : que se passe-t-il autour de la personne ?
- Travail en sous-groupes : *réflexion sur ses propres références et expériences*

Demi-journée 3 : L'approche orientée solutions – fondements et posture

- Origines de l'AOS et place dans le champ des thérapies brèves systémiques
- La posture spécifique : curiosité, co-construction, non-savoir
- L'écoute orientée vers les exceptions, les ressources, les préférences
- Le modèle de Bruges : une approche centrée sur le lien, la narration et les ressources, ouvrir des choix, la transcontinuité
- Démonstration ou vidéo d'entretien orienté solutions
- Exercices en binômes : *langage problème vs langage solution*

Demi-journée 4 : Travailler avec la souffrance intense et le risque suicidaire

- La crise suicidaire : repères cliniques et émotionnels
- Outils de l'AOS en contexte de crise : recentrer, relier, explorer les micro-possibles
- Lien entre désespoir, isolement et perte de sens
- Jeux de rôles ou simulations : *"Créer un lien dans l'urgence"*

Demi-journée 5 : Travailler avec les familles et les partenaires

- L'accompagnement dans un cadre élargi : famille, école, institutions, réseaux de soin
- Posture collaborative : avec la personne, mais aussi avec ses proches
- Le travail en réseau comme levier de sécurité et de continuité
- Outils de dialogue avec les familles (questions circulaires, validation de leur place)
- Exercice en sous-groupes : *cartographie du réseau et mise en mouvement*

Demi-journée 6 : Intégration, éthique et appropriation

- Intégrer la posture AOS dans sa pratique quotidienne
- Ce que je retiens de la formation / Ce que je laisse / Ce que je prends
- Réflexion sur les limites, les ressources internes et la coopération possible
- Synthèse collective : “petits pas” pour la suite
- Clôture de la formation

ÉVALUATIONS :

Les stagiaires s’engagent à participer à tous les temps de formations et d’évaluation.

- En amont de la formation, **questionnaire avant formation**.
- À l’issue de la formation **QCM évaluatif** venant valider les acquis de la formation et **questionnaire bilan de satisfaction de la formation**,
- Après la formation 90 jours après **questionnaires évaluations des apports de la formation** dans les pratiques professionnelles des stagiaires.

TARIFS :

Formation continue avec convention et facturation à service fait : 660 €

Formation individuelle payée par l’employeur : 450 €

*Pour toute personne à besoins spécifiques, n’hésitez pas à contacter notre référent handicap
au 05 61 75 40 88 ou à l’adresse formations@editions-eres.com*