# Paroles de Femmes

## Intitulé du projet

Paroles de Femmes

## Descriptif du projet

Groupe de paroles à visée thérapeutique pour femmes victimes de violences conjugales.

L'action que nous avons choisie pour favoriser le soutien des femmes victimes de violences conjugales [et ainsi diminuer les conduites à risque dans cette population] est un dispositif de groupe de parole mensuel encadré par deux psychologues cliniciennes formées en victimologie.

## A quel besoin répond le projet

Le travail thérapeutique individuel est nécessaire mais pas suffisant. En effet, nous observons qu’à certains moments les patients ont besoin de se confronter au regard des autres pour venir valider leurs émotions, trouver de la compassion, se rassurer de ne pas être seule à vivre cela… De plus, l’écoute de l’histoire des autres permettent d’envisager sa situation avec d’autres perspectives.

Nous envisageons cet espace de parole et d’écoute comme un complément, un avant ou un après à un travail thérapeutique. Parfois, c’est le passage par un espace groupal qui donne la force de travailler sur ses propres émotions en individuel, parfois le groupe est un étayage à un travail individuel qui a déjà été fait et souvent les deux se combinent dans un juste équilibre ; l’espace groupal vient nourrir l’espace individuel et vice-versa.

## Objectifs du projet

- Favoriser la réparation psychique. Notre psychisme est en constante évolution et l'accompagnement thérapeutique proposé par les deux psychologues du groupe permet de renforcer les facteurs de résilience.

-[ Diminuer les conduites à risques. La souffrance résultant de ces parcours de vie induit souvent des conduites à risques (alcoolisation, prise de toxique, auto-agressivité, dévalorisation verbale ...). Le groupe permet de trouver d'autres solutions de régulation émotionnelle.]

- Eviter les répétitions. Toutes démarches d'élaboration et de conscientisation permet de prendre du recul par rapport à ses propres décisions et d'éviter de reproduire des schémas relationnels antérieurs.

- Retrouver la confiance en soi. Devenir actrice de sa propre "guérison" permet de réaffirmer le pouvoir de chaque femme et de retrouver la confiance nécessaire à la construction d'une nouvelle vie.

- Avoir un espace sécurisé pour déposer son histoire. Le cadre des rencontres permet d'assurer une sécurité aux échanges au niveau de l'émotionalité et de la confidentialité.

- Rompre l'impression d'être seule. Avoir la possibilité de partager en groupe son vécu avec des personnes partageant des similitudes permet de trouver du soutien et de la pair-aidance.

**Déroulé de l’action**

Ce groupe de parole aura lieu par cycle de 6 séances permettant au groupe d'avoir le temps de développer une pensée groupale bénéfique. Il sera demandé un engagement pour l’intégralité des séances et aucune participante ne pourra être accueillie en cours de route pour favoriser la création d’un lien de confiance et amener une stabilité.

Nous devons veiller à créer une bonne dynamique groupale tout en s’assurant des bénéfices individuels. Pour cela, nous réaliserons un entretien individuel préalable au démarrage du cycle. Ce temps permettra d’expliquer les objectifs du projet tout en favorisant l’adhésion au dispositif et la création d’une alliance thérapeutique.

Le groupe de parole de déroulera mensuellement dans un lieu identifié et sera animé par des psychologues formé.e.s à la gestion de groupe et à la prise en charge des victimes de violences conjugales. Le fait d’être deux professionnel.le.s permet d’avoir un.e animateur.trice principal garant du cadre et de la distribution de la parole et un.e co-animateur.trice dans une position de soutien individuel.

Des règles de fonctionnement seront partagées en début de chaque groupe pour favoriser l’émergence de la parole dans un espace sécurisé, respectueux et à l’écoute.

Le contenu de la séance se construit en fonction de ce qu’amène les participantes. Néanmoins, nous avons en tête des thématiques permettant de lancer la dynamique de discussion :

* Les différents types de violences
* L’impact sur les enfants
* La réaction de l’entourage
* L’impact sur la santé
* L’impact sur la relation à son corps
* La réparation judiciaire
* Colère
* Peur
* Honte
* Culpabilité
* Amour
* Emprise

## Bénéficiaires du projet

Les groupes de parole s’adressent à toutes les femmes qui sont ou ont été victimes de violences conjugales : psychologiques, physiques, sexuelles ou économiques.

Le groupe est constitué de 5 à 8 participantes à chaque cycle soit 10 à 16 bénéficiaires sur une année.

L’action s’adresse exclusivement aux adultes sans restriction de lieu d’habitation.

## Lieu de l’action

Au sein du cabinet Brou Victor Hugo au 62 bd Victor Hugo 01000 Bourg-en-Bresse.

**Date de l’action**

Fréquence mensuelle le mercredi de 18h30 à 20h pour les participantes

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Cycle 1 | | Cycle 2 | |
|  | |  | |
| Entretiens individuels | 10 mai 2023 | **Entretiens individuels** | 17 janvier 2024 |
| Groupe de paroles | 7 juin 2023 | **Groupe de paroles** | 14 février 2024 |
| 6 juillet 2023 | 13 mars 2024 |
| 13 septembre 2023 | 10 avril 2024 |
| 11 octobre 2023 | 15 mai 2024 |
| 8 novembre 2023 | 5 juin 2024 |
| 6 décembre 2023 | 3 juillet 2024 |

**Moyen de communication mise en place**

La communication est réalisée à travers une affiche réalisée par nos soins ainsi qu’un descriptif de l’action. Ces documents sont diffusés sur nos réseaux sociaux, à nos réseaux professionnels, en direct à nos patients ainsi que par communiquée de presse aux journaux et radios locaux.

Mail accompagnant : BROUILLON

La dévalorisation de soi, la honte, la peur. Autant de raisons qui poussent les femmes victimes de violences conjugales à s'enfermer dans le silence, les coupent de leurs amis et de leur famille, les enferment dans l’intimité de leur foyer. Cet isolement les empêche de sortir du cercle des violences, de se reconstruire, de retrouver une place dans la société.

Le groupe Paroles de Femmes s’adressent à ces femmes qui n’ont pas la possibilité d’utiliser leur voie pour être entendue. Cet espace leur permet de disposer d’un lieu en toute confidentialité pour partager et écouter d’autres femmes éprouvant les mêmes souffrances, les mêmes difficultés par rapport à des violences subies récemment ou dans le passé.

Les groupes permettent de **rompre l’isolement** qui s’est installé et de prendre conscience que l’on n’est pas seule à avoir subi les mêmes violences. **La rencontre** avec d’autres, **l’expression** et **la mise en commun** des faits subis, des violences, des humiliations, des émotions, des atteintes conduisent à reconnaître dans l’autre une femme semblable à soi. Ce qu’on pensait inutile pour soi peut apparaître nécessaire quand il s’agit d’une autre et, en l’aidant, chacune s’aide elle-même**à retrouver l’estime et confiance en soi.**

Comment y participer ?

L’intégration des groupes se fait **suite à un premier entretien** avec une psychologue de l’association. Si cette démarche vous convient, nous vous invitons à nous demander un RDV par mail à l’adresse contact@brouvictorhugo.fr

**Moyens humains et financier**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Moyen humain | Description | Action | Volume horaire moyen | Coût TTC |
| Bénévoles de l’association | 3 bénévoles | Temps de réflexion sur le projet  Recherche des intervenants  Recherche de subvention  Communication  Gestion des inscriptions  Bilan de l’action | 39 heures | 0 € |
| Intervenants | 2 professionnel.le.s | 10 à 16 entretiens individuel  12 séances  2 temps de bilan de l’action | 64 heures | 5 280 € |
| Moyen matériel |  |  |  |  |
| Salle | Salle de 20 m² équipé | Location de 12x 2 heures |  | 600 € |
| Total |  |  |  | **5 880 €** |

Nous demandons une participation financière de 15 euros aux participantes, nous pouvons donc faire une estimation moyenne de 2 340 € de recettes (minimum 1800 euros de recettes)

Pour viabiliser le projet nous avons 3 options :

* Obtenir une subvention de minimum 4 000 euros avecun tarif à 15 euros pour 13 participantes à l’année
* Augmenter le tarif par séance à 50 euros pour 20 participantes sur l’année
* Diviser par deux le tarif des professionnel.le.s pour un coût global de 2 600 (110 euros de l’heure par pro) euros et proposer un tarif de 40 euros pour 13 participantes sur l’année

**Méthode d'évaluation et indicateurs**

Le critère le plus évident mais pas le plus intéressant seraient le nombre de personnes participantes et la régularité de la présence mais c'est au niveau psychique qu'il nous semble le plus pertinent de venir évaluer le bienfait de cette action.

Nous ferons un entretien individuel préalable à la participation au groupe pour venir évaluer l'impact des violences, la manifestation des symptômes et les ressources internes de chaque personne. Puis, à l'issu du cycle, un nouveau temps d'échange permettra d'évaluer cliniquement la capacité de prise de recul des participantes, l'évolution des symptômes, les stratégies et les outils de régulation émotionnelle mise en place ainsi que la modification de l'image de soi.

Une grille d'entretien est élaborée pour venir évaluer précisément ces différents points avec la possibilité de recueillir les paroles propres des personnes concernées pour s'appuyer sur leur retour pour faire évoluer le dispositif.

## Le porteur de projet

Le porteur principal du projet est Rachel Bernard, psychologue clinicienne avec la collaboration de Pascale Mermet, psychologue clinicienne. La supervision du projet se fait par ?

[Rachel-bernard@hotmail.fr](mailto:Rachel-bernard@hotmail.fr)

06 18 60 25 46

## Annexe

Liste des documents pouvant être demandés dans le cadre d’une subvention

* Statuts de l’association
* Liste des personnes chargées de l'administration ou de la direction déclarés
* Parution journal officiel
* Numéro RNA
* Avis de situation SIRENE
* Demande de subvention CERFA 12156-06 \*
* Compte-rendu financier CERFA 15059-02 (Pour les projets reconduits, fournir le compte rendu financier CERFA 15059\*02 du projet N-1 (Ou un compte rendu financier intermédiaire si le projet n'est pas terminé)
* Pouvoir ou mandat (Si le signataire n'est pas le représentant statutaire ou légal de l'association. Le pouvoir ou mandat doit porter les 2 signatures (celle du représentant légal et celle de la personne qui va le représenter).
* Délégation de signatures
* Relevé d'identité bancaire (ATTENTION vérifier que l'adresse du RIB est la même que celle du SIRET (figurant sur l'avis de situation au répertoire SIRENE). Sinon le dossier sera rejeté.
* Rapport d'activité (Rapport d'activité qui mentionne l'action financée au titre de la MILDECA - approuvé par la dernière assemblée générale et le procès-verbal de l'AG)
* Rapport du commissaire aux comptes (Le cas échéant les derniers états financiers (compte et résultat et bilan) validés à la dernière assemblée générale

Les règles du groupe

Un tour de présentation sera fait en début séance ainsi qu’un rappel du cadre de notre rencontre, de l’objectif, de la durée et des règles s’appliquant à nos échanges.

* Chaque participante s'engage à participer activement, que ce soit au travail relatif à sa propre situation ou à celui d'un autre membre.
* Aucune forme d'irrespect envers les autres n’est tolérée. Les participantes peuvent ainsi expérimenter qu'il est possible d'exprimer de la colère, par exemple, sans détruire ou abîmer la relation.
* Chaque participante s'engage à adopter une attitude constructive et en cas de malaise à en verbaliser les causes.
* Chaque participante s'engage à ne pas divulguer le contenu des séances du groupe qui est confidentiel
* Le groupe n'a pas pour but d'agir à la place des autres mais de les aider à mettre en place leurs propres stratégies.
* Chaque participante s'engage à respecter le cheminement et le rythme de chacun.

Ou

* Les règles : “**JE LACE**”
* **JE** – L’expression à la 1ère personne du singulier, le “je” : utiliser le “je” c’est parler en son nom propre, exprimer ses pensées, ses ressentis et en être responsable tout en évitant les idées générales et/ou préconçues, peu intéressantes dans le cadre d’un groupe de parole.
* **L – Liberté** : chaque participant est libre de s’exprimer ou de garder le silence si elle le souhaite. l’animateur. trice invite mais respecte le choix du participant.
* **A – Authenticité** : le groupe de parole est un cadre suffisamment sain pour pouvoir exprimer et partager ses émotions sans filtre et sans retenue. C’est sans doute le point le plus délicat à atteindre pour certaines personnes mais c’est en cela que l’exercice apportera le mieux-être recherché.
* **C – Confidentialité** : tout ce qui se dit dans un groupe de parole, reste dans le groupe. Cela permet d’exprimer ses sentiments en toute confiance, sans crainte d’être jugé ou trahi.
* **E – Écoute** : elle est l’un des fondements essentiels des groupes de parole. Il est nécessaire de savoir écouter les autres, dans le respect et l’empathie, sans les interrompre, afin de soi-même bénéficier de ces conditions optimales d’expression.