

Le modèle axé sur les forces

- ◆ Le soutien est centré sur les FORCES, les INTÉRÊTS et les ASPIRATIONS de l'individu plutôt que sur le diagnostic;
- ◆ Les individus possèdent la capacité d'APPRENDRE, de GRANDIR et de CHANGER;
- ◆ La personne est le MAÎTRE D'OEUVRE de la relation d'aide;
- ◆ La RELATION de la personne qui entend des voix et l'intervenant devient un facteur essentiel du processus de soutien;
- ◆ Le mode d'intervention privilégié est l'accompagnement des personnes dans des CONTEXTES NATURELS de la vie en société;
- ◆ La COMMUNAUTÉ est une oasis de collaborateurs potentiels au processus de soutien.

Coordonnées

315, Avenue Rouleau, Rimouski (QC)
G5L 5V5

418 723-6416

informations@smq-bsl.org
www.smq-bsl.org

atelier

les Voix-Liées

vivre avec les voix et autres phénomènes perceptuels



Un atelier offert par:

SANTÉ
MENTALE
QUÉBEC
Bas-Saint-Laurent
Promouvoir. Soutenir. Outiller.



Les objectifs

- ◆ Se réunir pour échanger librement sur ses voix ou sur d'autres perceptions (visuelles, tactiles, olfactives, gustatives);
- ◆ Découvrir d'autres explications au phénomène des voix que celles liées aux symptômes psychiatriques;
- ◆ S'informer sur les recherches et les expériences portant sur les personnes qui entendent des voix des autres pays;
- ◆ Connaître et explorer différentes techniques et approches pour mieux connaître les voix, leur donner un sens, pour les diminuer, pour les maîtriser ou pour mieux composer avec celles-ci;
- ◆ Donner de l'appui aux membres du groupe;
- ◆ S'entraider et s'enrichir mutuellement;
- ◆ Développer et valider chez les participants une structure de pensée personnelle au regard de leurs perceptions permettant une plus grande aisance à composer avec ses voix ou autres perceptions;
- ◆ S'approprier du pouvoir sur sa vie en prenant, entre autres, un plus grand pouvoir sur ses voix, à sa propre façon.

Mieux vivre avec les voix

Offrir aux personnes la possibilité de participer, sur une base récurrente, à un groupe de formation et de soutien intitulé « Mieux vivre avec ses voix ».

La première partie de chacune des rencontres s'oriente vers le partage des expériences d'entendeurs de voix et des actions posées pour reprendre du pouvoir face au phénomène des voix.

Dans la deuxième partie, de l'information sur différents sujets : témoignages d'entendeurs de voix, stratégies d'adaptation face aux voix, exercices liés à une meilleure connaissance des voix, approches liées au sens, résultats de recherches sont apportés au groupe.



**Inscriptions et informations auprès de
l'équipe d'intervention**

418 723-6416 poste 0

Cet atelier s'adresse à :

- ◆ Qui a perdu espoir de mieux vivre avec ses voix;
- ◆ Qui ne désire plus demeurer seule, isolée et sans appui par rapport à son vécu d'entendeur de voix;
- ◆ Qui désire explorer le phénomène des voix sous un autre angle que celui lié uniquement aux symptômes de la « maladie mentale »;
- ◆ Pour qui le phénomène des voix a pris une place prépondérante dans sa vie;
- ◆ Pour qui les voix entravent l'accomplissement des activités de la vie quotidienne ainsi que la réalisation de projets de vie significatifs;
- ◆ Pour qui le phénomène des voix suscite des émotions de détresse, de peur, de tristesse, d'anxiété, de colère, de culpabilité qui consomment l'énergie de l'action, de la vitalité et plus spécifiquement celle du rétablissement;
- ◆ Qui désire entreprendre une démarche active d'appropriation du pouvoir portant sur la gestion de ses voix.