

Contexte d'intervention

Le groupe de parole est un **espace collectif d'échanges et d'écoute** qui réunit plusieurs personnes partageant des expériences de vie, des questionnements ou des situations proches. Il s'agit d'un **temps d'expression et de réflexion partagée**, où chacun peut parler librement, sans être interrompu, jugé ou conseillé.

Le cadre repose sur la **bienveillance, la confidentialité et le respect mutuel**, afin que chaque participant puisse trouver une **écoute attentive et respectueuse**.

Le groupe de parole permet chaque participant de déposer sa parole, d'exprimer ses émotions, de prendre du recul sur son vécu, et parfois simplement d'être entendu.

Enjeux // Objectifs

- Offrir un espace sécurisé d'expression et d'écoute réciproque.
- Valoriser la parole et l'expérience de chacun.
- Favoriser la reconnaissance mutuelle.
- Soutenir la réflexion sur les parcours de chacun et les ressources personnelles.
- Encourager la co-construction de pistes d'action et d'entraide.

Prérequis

Aucun pré requis particulier n'est nécessaire.

Cependant, la participation repose sur le volontariat et le respect du cadre : confidentialité, bienveillance, liberté de parole et d'écoute.

Contact

contact@agirconseil.fr

06.15.25.19.88.

Rôle de l'animateur

L'animateur – garant du cadre – **facilite la circulation de la parole**.

Il soutient le groupe dans l'écoute mutuelle, aide à reformuler.

Il aide à mettre des mots sur les ressentis, et valorise les points de vue de chacun.

Cette posture permet à chaque participant de **mieux comprendre ce qu'il vit**, de reconnaître la légitimité de ses émotions.

Il s'agit également de mettre en perspective, pour les participants, qu'il existe **d'autres façons possibles de se représenter et de traverser les difficultés rencontrées**.

Organisation et durée

Chaque séance s'appuie sur des principes de respect, d'écoute et de libre participation. Le groupe s'organise autour d'un **cadre commun** défini collectivement.

Déroulé type d'une séance :

1. Accueil et rappel du cadre.
2. Choix du thème du jour (libre ou proposé en amont).
3. Tour de parole et échanges entre participants.
4. Mise en lien avec des ressources ou des expériences de rétablissement.
5. Synthèse collective : ce que chacun retient, ce qui a aidé.
6. Clôture bienveillante.

Tarif

Devis sur mesure.