



Balise Psy : Une expérience immersive de co-développement

Le co-développement professionnel est une méthode d'apprentissage collectif où les participants progressent ensemble en travaillant sur des problématiques concrètes de terrain.

Méthode : Approche immersive par le jeu de rôle basée sur le vécu des participants.

Public : tout professionnel susceptible d'accueillir, d'accompagner ou de suivre en emploi ou en formation une personne concernée par un trouble psychique

Durée : 3 heures (variable selon le nombre de participants)

Balise Psy enrichit cette démarche en y intégrant des jeux de rôle inspirés du réel. Animées par des personnes concernées par un trouble psychique ou des experts de la santé mentale, ces sessions offrent un espace sécurisé de partage de pratiques où chacun apprend des réussites et des erreurs des autres. Face à des situations complexes, les participants confrontent leurs points de vue et co-construisent des solutions pragmatiques.

Objectifs Pédagogiques :

- Déconstruire pour Comprendre : Briser les préjugés et les stéréotypes liés à la santé mentale pour développer une empathie clinique et authentique.
- Distinguer pour mieux orienter : Développer l'écoute active et l'observation pour différencier les manifestations du trouble (fatigue, retrait, anxiété) d'un prétendu manque de motivation, afin de déclencher les soutiens spécialisés adaptés.
- Communiquer de manière ajustée : Maîtriser l'art de la modulation (rythme, clarté des consignes, exigence), de la reformulation pour rendre l'échange moins anxiogène et garantir une compréhension mutuelle, et pour désamorcer les situations (Communication Non Violente).
- Consolider l'alliance professionnelle : Maintenir une posture bienveillante mais ferme, centrée sur les objectifs de vie et l'autodétermination de la personne, tout en respectant sa dignité et ses fragilités.

Le Jeu de Rôle : Principes et Scénarios

L'objectif est de permettre aux professionnels de mieux décoder les manifestations des troubles psychiques (ou du neurodéveloppement), d'identifier les réactions inadaptées de l'entourage et de prévenir les risques de désinsertion professionnelle.

Chaque mise en situation s'articule autour de trois éléments :

- **Un Contexte Commun :** La situation de base, connue de tous les acteurs.
- **Le Rôle A (La personne fragilisée) :** Une fiche descriptive détaillant la mission d'une personne touchée par un trouble psychique et les manifestations intérieures à incarner.
- **Le Rôle B (L'environnement professionnel) :** Les consignes d'attitude à adopter par un collaborateur, un manager ou un employeur, ainsi que l'objectif managérial ou relationnel qu'il doit atteindre.
- **Le Rôle C (Optionnel) :** Un figurant neutre ou un modérateur pour densifier le scénario.

Méthodologie : 3 séquences

- **Séquence 1 – Jeux de rôles : pratiques spontanées**

Objectif : Observer les pratiques naturelles des participants avant l'apport d'outils.

- **Séquence 2 : Apports méthodologiques**

Présentation et partage des outils :

Communication Non Violente (CNV)

Feedback constructif

Valorisation des ressources

Questions ouvertes et puissantes

Congruence

- **Séquence 3 – Jeux de rôles avec application des outils**

Assertivité et CNV

Identification des émotions

Maintien de l'alliance

Valorisation des ressources

Écoute active, Reformulation, congruence (langage non verbale)

Technique du sandwich, Feedback positif, reconnaissance.

Exemple de scénarios : ABSENCES REPETEES AUX RENDEZ-VOUS

Contexte : Camille a sollicité un suivi mais ne s'est pas présenté(e) aux 3 derniers rendez-vous. Claude et Dominique, CISP, organisent un entretien pour faire le point. En entretien, Camille ne souhaite pas se justifier, tremble, se dit anxieuse et finit par dire qu'il.elle veut arrêter son suivi.

Recommandations majeures faites aux participants :

- **Incarnez, ne subissez pas** : Imprégnez-vous de votre profil et de sa mission sans vous laisser submerger par les émotions jouées.
- **Fuyez la caricature** : Évitez la parodie à tout prix. Privilégiez un jeu nuancé, sobre et crédible. Concentrez-vous sur les comportements intérieurs plutôt que sur des manifestations théâtrales ou exagérées.
- **Recherchez la compréhension, pas la performance** : Ce n'est pas un exercice d'acteur. Le but est de verbaliser la façon de faire face à une difficulté pour briser les tabous, renforcer la cohésion d'équipe et développer l'entraide en interne.

Déroulement et Consignes de sécurité :

- **Préparation (5 minutes)** : Lecture individuelle du scénario, du profil et des instructions secrètes.
- **Action (7 à 10 minutes)** : Phase de jeu de rôle en direct.
- **Débriefing (Post-jeu)** : Un temps d'analyse collective pour décrypter les points de bascule de la communication.
- **Sécurisation de l'espace** : Le jeu peut être interrompu ou arrêté à l'instant même où un participant ou l'animateur en fait la demande. Rien n'est imposé.