

METTRE EN PLACE UN GROUPE DE SOUTIEN POUR LES FEMMES VICTIMES DE VIOLENCES : POURQUOI ET COMMENT ?

PARCOURS INTERACTIF
POUR LA (RÉ)INTÉGRATION AU TRAVAIL
DES FEMMES CONFRONTÉES AUX
VIOLENCES CONJUGALES



Etape 5 Suivi et communication

QU'EST-CE QU'UN GROUPE DE SOUTIEN ?

L'isolement étant la forme de contrôle la plus fréquemment utilisée par l'agresseur, les femmes confrontées aux violences conjugales ne disposent pas d'un entourage protecteur ou d'un réseau social satisfaisant. Beaucoup d'entre elles ne sont même pas soutenues par leur propre famille. Rejoindre un groupe de soutien peut être une solution pour consolider leur bien-être, et construire de nouvelles relations avec des femmes qui vivent les mêmes situations. L'objectif de cette technique est de s'apporter mutuellement des informations, des conseils, des encouragements et du soutien.

Le groupe de soutien consiste en une réunion mensuelle ou hebdomadaire d'au moins cinq personnes pour discuter de certaines questions communes pendant deux heures. De cette manière, un réseau de soutien social est créé afin d'accroître la solidarité, l'encouragement et chaque membre peut apporter son soutien aux autres et recevoir des réponses à ses propres problèmes.

Le sentiment d'être les seules personnes à vivre certaines situations difficiles aggrave la souffrance. Le fait que certaines personnes du groupe soient confrontées au même type de problèmes ou que d'autres les aient déjà surmontés représente une source de soutien et de confiance.

COMMENT S'ORGANISE LE GROUPE DE SOUTIEN ?

Une fois par mois ou par semaine, un groupe d'au moins 5 personnes se réunit pour discuter de certaines questions qui les préoccupent. Les sujets peuvent être choisis ensemble ou même proposés par les participantes. La réunion est généralement animée par un.e psychologue ou un.e assistant.e social.e qui connaît déjà au moins une partie des participantes. Sous la direction de l'animateur du groupe, les membres peuvent apprendre de nouvelles choses, s'entraider, se socialiser, faire preuve de compréhension et d'empathie pour les problèmes des autres, et développer des compétences en communication.

Le groupe de soutien peut également être animé par une femme qui a elle-même été victime de violences conjugales. C'est le soutien par les pairs : un soutien qui favorise le partage d'expériences entre pairs afin d'apprendre, d'avancer et de s'autonomiser. C'est un concept qui a fait ses preuves dans le secteur social et sanitaire, et qui est désormais apprécié par de nombreuses associations.

Le soutien par les pairs ou mentorat est l'occasion pour une femme confrontée à la violence d'établir une relation de confiance avec une autre femme qui a vécu une expérience similaire et qui l'accompagnera tout au long de son processus de reconstruction puis de réinsertion socioprofessionnelle.

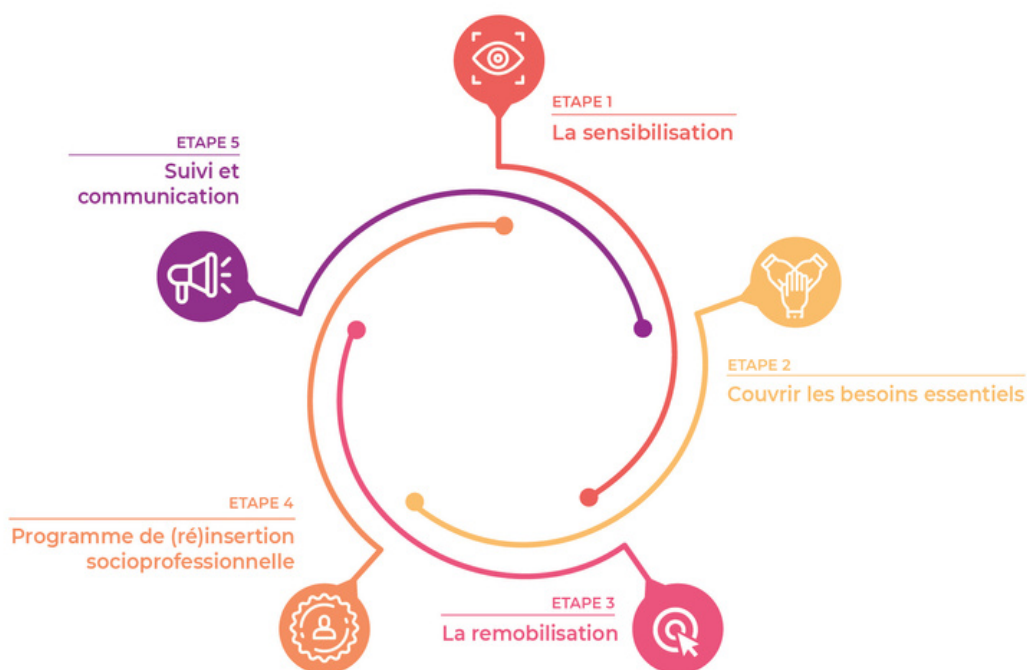
QUEL EST LE RÔLE DE L'INITIATEUR.RICE / FACILITATEUR.RICE DU GROUPE ?

- Faciliter le partage d'expériences ;
- Créer un environnement sécurisé dans lequel les membres peuvent partager leurs expériences ;
- Établir des règles telles que la confidentialité et le retour d'information constructif ;
- aider les participantes à mieux se connaître.

QUELS SONT LES BÉNÉFICES DE CE TYPE DE GROUPE DE SOUTIEN ?

- Augmentation de la confiance dans les compétences personnelles ;
 - Amélioration des compétences en matière de soins personnels ;
 - Diminution du sentiment de responsabilité pour le comportement des autres ;
 - Diminution du niveau d'isolement, d'impuissance et de peur ;
 - Augmentation de la capacité à utiliser les ressources de soutien, médicales, juridiques et sociales ;
 - Les participantes ont l'occasion de constater que d'autres ont réussi, ce qui leur donne le courage de croire qu'elles aussi peuvent réussir ;
 - Augmentation de la confiance en soi, l'image de soi change positivement ;
- Les membres du groupe apprennent directement de l'activité de groupe la dynamique des relations interpersonnelles et développent des compétences de communication.

PARCOURS INTERACTIF POUR LA (RÉ)INTÉGRATION AU TRAVAIL DES FEMMES CONFRONTÉES AUX VIOLENCES CONJUGALES



WWW.ACTIVPROJECT.EU



CEPS Projectes Socials
<http://www.asceps.org>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui relève de la seule responsabilité des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qu'elle contient (2020-1-BE01-KA204-074919).