Programme de Formation

Faire face aux limites de sa mission.

Organisation

Durée : 7 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Cette formation s'adresse aux bénévoles, salariés, responsables d'équipe, coordinateurs et plus largement aux acteurs associatifs confrontés, dans leur mission, à des situations complexes, répétitives ou décourageantes.

Elle peut concerner des missions d'accueil, d'écoute, d'accompagnement, de visite, d'orientation, de coordination, d'animation d'équipe ou de lien avec des personnes en situation de fragilité.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

1. Identifier les causes possibles du sentiment d'impuissance dans leur mission ;
2. Repérer leurs réactions spontanées face aux limites rencontrées ;
3. Ajuster leur posture dans la relation avec les personnes accompagnées ;
4. Distinguer ce qui relève de leur responsabilité, de celle de l'équipe, de la structure ou des partenaires ;
5. Identifier des leviers d'action concrets pour retrouver des marges de manœuvre.

Description

Dans l'action associative, il arrive de se sentir démuni face à certaines situations : une personne accompagnée qui ne va pas mieux, une mission dont les contours semblent flous, un manque de relais, une équipe isolée, des limites institutionnelles ou des réalités sociales que l'on ne peut pas résoudre seul.

Cette formation propose de prendre du recul sur ces situations d'**impuissance**, d'en comprendre les causes et d'identifier des leviers concrets pour continuer à agir sans s'épuiser. Elle s'adresse aux bénévoles, salariés, responsables d'équipe et acteurs associatifs qui souhaitent ajuster leur posture, clarifier leurs marges de manœuvre et mieux mobiliser les ressources disponibles autour d'eux.

À partir de situations vécues par les participants, la formation permettra d'explorer plusieurs niveaux d'action : la posture personnelle, la relation avec la personne accompagnée, le travail en équipe, le cadre de la structure, les partenaires et les relais possibles.

Au programme :

- Analyse de situations vécues dans la mission et repérage des causes possibles du sentiment d'impuissance ;
- Identification des réactions spontanées face aux limites rencontrées et travail sur la posture personnelle, notamment à partir du triangle de Karpman ;
- Recherche de marges de manœuvre concrètes (ma responsabilité professionnelle, les soutiens possibles au sein de ma structure et à l'extérieur, mon espace de non-maîtrise) à partir des

cercles de préoccupation et d'influence de Stephen R. Covey, adaptés au contexte associatif et social.

Prérequis

Aucun prérequis n'est nécessaire.
Il est simplement souhaitable que les participants puissent s'appuyer sur leur expérience de terrain, récente ou ancienne, dans une mission associative, bénévole ou salariée.

Modalités pédagogiques

La formation alterne apports de repères, échanges entre participants, travaux en petits groupes et analyse de situations vécues.

La pédagogie privilégie la participation active, l'expérience des participants et la recherche de solutions adaptées à leur contexte. Les situations concrètes apportées par les participants servent de point d'appui pour identifier les difficultés rencontrées, ajuster les postures et construire des pistes d'action réalistes.

Moyens et supports pédagogiques

Apports méthodologiques et repères théoriques ;

Travail à partir de situations vécues ;

Échanges en sous-groupes et en grand groupe ;

Grilles de questionnement et outils de prise de recul ;

Supports visuels utilisés pendant la formation ;

Ressources ou fiches repères remises aux participants selon le format retenu.