

## FORMATION PROCHES AIDANTS

### PUBLIC

Toute personne confrontée à la maladie psychique d'un proche ayant déjà suivi un atelier PROSPECT famille.

### DUREE

1 jour

### ANIMATION

2 bénévoles de l'Unafam impliqués dans l'accompagnement de personnes vivant avec des troubles psychiques.

### NOMBRE DE PARTICIPANTS

12 personnes maximum

### PARTICIPATION

Gratuite  
Déjeuner pris en commun

### RENSEIGNEMENTS / INSCRIPTIONS

Auprès de la délégation UNAFAM départementale ou régionale

# Atelier Après-PROSPECT

L'atelier Après-PROSPECT a été conçu comme une suite de l'atelier d'entraide « PROSPECT famille » afin de permettre aux proches aidants de poursuivre le travail engagé en reprenant et en approfondissant les savoir-faire.

## CONTENU

- ▶ Réviser les notions qui mettent en péril l'équilibre physique et psychique du proche aidant.
- ▶ Approfondir les savoir-faire qu'il a besoin de réactiver.
- ▶ Réduire la notion de stress en approfondissant la méthode expérimentée lors de l'atelier « PROSPECT famille ».
- ▶ Approfondir les savoir-faire pour qu'il ne se laisse pas piéger par la dépendance et l'isolement induits par la demande fusionnelle.
- ▶ Eviter d'être entraîné avec le malade dans des propos délirants.
- ▶ Mettre des limites aux exigences du malade et aux situations induites par sa pathologie (entre rigidité et inventivité).
- ▶ Elargir les savoir-faire à d'autres situations réclamant écoute, empathie, patience et recours à un tiers.

## OBJECTIFS

Renforcer les savoir-faire des proches aidants pour éviter la dépendance et l'isolement induits par la demande fusionnelle liée aux troubles psychiques.

Renforcer la solidarité et le sentiment d'appartenance à la communauté des aidants, afin de résister à l'usure constituée par l'accompagnement d'un proche malade.