



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES
MALADES ET/OU HANDICAPEES PSYCHIQUES

PACA

Motiv'aidants

**Comment stimuler la motivation chez un proche vivant avec
des troubles psychiques ?**

Vendredi 27 novembre à Aix-en-Provence de 9h à 17h

Animation Sarah GOMEZ - Psychologue et Coordinatrice du CR2P - CHU de Nice

OBJECTIFS GENERAUX :

Acquérir des techniques qui permettent d'accompagner un proche vivant avec des troubles psychiques, afin qu'il trouve la motivation nécessaire à la réussite de ses projets, tant immédiats que d'avenir : se lever le matin, prendre soin de soi, chercher une formation ou un emploi, rester en contact avec ses proches, chercher un logement autonome...

Basée sur les principes généraux de l'entretien motivationnel, adaptés à la problématique de la communication avec un proche, cette formation propose des mises en situation pour acquérir des outils pratiques lors de situations de la vie quotidienne.

CONTENU :

- ▶ Créer un climat propice à la motivation : utiliser les questions ouvertes - savoir montrer que l'on a écouté ;
- ▶ Tirer les ficelles de la motivation : développer la dissonance cognitive - utiliser la balance décisionnelle ;
- ▶ Rouler avec la résistance : accepter avec empathie la décision - planifier le futur ;
- ▶ Donner l'envie d'avancer : résumer ici et maintenant - renforcer les avancées.

PUBLIC :

Toute personne confrontée à la maladie psychique d'un proche (aidants familiaux adhérents ou non). 12 personnes maximum en présentiel

DURÉE :

Une journée de 9h à 17h le **vendredi 27 novembre**

MODALITES :

- ☐ Journée proposée par l'Unafam PACA à Aix-en-Provence au **CH Montperrin - 109 Av. du Petit Barthélémy, salle 2** - parking gratuit - à 5 min de la gare routière à pied - à 10 min de la gare ferroviaire à pied
- ☐ Formation réservée aux proches aidants situés en région PACA
- ☐ N.B. : Le déjeuner est offert aux participants et pris en commun avec l'animateur.
- ☐ Les frais de déplacement et d'hébergement sont à la charge des participants.
- ☐ Sur inscription par mail