



Cette formation vous invite à mieux reconnaître les manifestations de la honte et du sentiment d'échec dans l'accompagnement. En comprenant ce qui se joue derrière certains comportements, vous développerez une présence plus ajustée, capable d'ouvrir un espace où la personne peut progressivement retrouver sa dignité, sa confiance et sa capacité d'agir.



Objectifs de cet itinéraire

À l'issue de cette formation, les participant·es seront capables de :

- mieux comprendre les mécanismes de la honte et du sentiment d'échec dans les parcours de vie ;
- repérer leurs manifestations dans les comportements et dans la relation d'aide ;
- distinguer honte, culpabilité, estime de soi et responsabilité afin d'ajuster leur lecture des situations ;
- développer une posture professionnelle qui préserve la dignité de la personne accompagnée ;
- accompagner sans renforcer les mécanismes de dévalorisation ou d'impuissance ;
- favoriser la reconstruction de la confiance et du pouvoir d'agir des personnes accompagnées.



Programme en deux temps

EMANCÍPE
DU JE AU NOUS

Temps 1 :

Petit tour de la honte La honte, on en fait tout une histoire : La mienne, la tienne, l'histoire de tous ceux et celles qui nous entourent. La honte, c'est quoi, ça vient d'où et ça va où ? Ce qui est s'est passé peut-il être dépassé ?

Temps 2

Au sein de ma famille, dans mon travail, dans mes relations et interactions sociales, dans la société civile - quelle que soit ma place - si la honte pouvait s'aborder comme une acte de désobéissance contre l'ordre établi ?

- Honte de ne pas y arriver, de demander de l'aide, de se sentir perdu, de dépendre, d'avoir échoué, d'être différent.
- Honte de vivre dans la rue, d'avoir subis un abus, d'en avoir commis un...
- Peut-on aider l'autre à sortir de la honte



Bénéfices pour les participant·es

Cette formation permet de développer une lecture plus fine des situations où la honte et le sentiment d'échec sont présents, même lorsqu'ils ne sont jamais exprimés. Elle offre des repères concrets pour ajuster sa posture, préserver la dignité des personnes accompagnées et favoriser une relation qui soutient la confiance, l'autonomie et le pouvoir d'agir, sans renforcer les mécanismes de dévalorisation.

La honte, ça commence, peut-être -d'abord - dans le regard de l'autre. C'est pourtant avec cet autre, et tous ces autres, mis dans un groupe, que nous allons mettre la honte au défi.

Parti pris :

- Ce qui a été blessé par le regard de l'autre peut aussi être guéri par le regard d'un autre.
- Le groupe, après vous, constitue la matière première de cette formation.
- Petits détours par la littérature et la philosophie, sans prise de tête, pour entendre ceux et celles qui ont osé en parler.
- Ici, pas de déballage : on ne met pas ses hontes sur la table.
- On s'interroge sur celles qui ont marqué son histoire et on en fait ce que l'on veut/peut.
- Par contre, on met son cœur sur la table (et pas que!) pour parler de sa place de professionnel.le et/ou ou de proche: comment accompagner l'autre dans sa « honte-tristesse » pour en faire une « honte-colère ».
- Où comment sortir de la sidération et se mettre en mouvement, dans un élan vital qui n'évite pas la honte et en fait, peut-être, un levier.

Déroulé

Ce que la honte raconte de notre humanité

La honte est une émotion universelle, mais rarement exprimée. Elle touche à notre sentiment de valeur, à notre place parmi les autres et au regard que nous portons sur nous-mêmes.

Cette première étape permettra de :

- comprendre les mécanismes de la honte ;
- distinguer honte, culpabilité et humiliation ;
- explorer les liens entre honte, identité et relation.

Quand l'échec devient une identité

Certaines personnes ne disent plus seulement : « j'ai échoué », mais finissent par croire : « je suis un échec ». Cette transformation influence profondément leur manière d'être en relation.

Les participant-es exploreront notamment :

- les effets des parcours de vie marqués par les ruptures, l'exclusion ou les échecs répétés ;
- les conséquences sur l'estime de soi et la confiance ;
- les stratégies de protection développées face à la honte.

Accueillir sans réduire l'autre à son histoire

La relation d'aide peut devenir un espace où la personne retrouve progressivement une autre image d'elle-même... ou, au contraire, où certains mécanismes de honte se renforcent.

Cette étape permettra de réfléchir :

- aux effets du regard professionnel ;
- aux attitudes qui favorisent la reconnaissance plutôt que la stigmatisation ;
- à une posture qui accueille sans infantiliser ni enfermer.

Restaurer la dignité, ouvrir un possible

Accompagner ne consiste pas à réparer l'autre, mais à créer les conditions dans lesquelles il peut retrouver sa capacité d'agir.

Les participant-es travailleront notamment :

- les leviers qui soutiennent la dignité ;
- la reconnaissance des ressources de la personne ;
- la manière d'encourager un mouvement réaliste vers le changement.

Retrouver le chemin d'une vie qui peut à nouveau se déployer

La dernière partie de la formation propose d'intégrer les différents apports à partir de situations professionnelles concrètes.

Les participant·es seront invités à :

- analyser des situations rencontrées sur le terrain ;
- ajuster leur posture d'accompagnement ;
- identifier des repères directement transférables dans leur pratique quotidienne.

Public

Cette formation s'adresse aux professionnel·les de la relation d'aide et de l'accompagnement :

- Travailleur·euse·s sociaux·ales
- Éducateur·rice·s
- Assistant·e·s sociaux·ales
- Professionnel·les de l'insertion
- Intervenant·e·s psychosociaux·ales
- Accompagnant·e·s de terrain
- Coordinateur·rice·s d'équipe

ainsi qu'à toute personne amenée à accompagner des personnes confrontées à des parcours de vie marqués par la honte, les ruptures ou le sentiment d'échec.

Informations pratiques

 **Durée** : 1 jour

 **Lieu** : EMANCIPE, 52 Rue Luther, 1000 Bruxelles

Votre formatrice: Vinciane Hubrecht - Formatrice, Thérapeute



- **Formée** comme enseignante,
- **Déformée** par la thérapie stratégique, puis par la thérapie systémique familiale et des organisations,
- **Remodelée** par l'approche analytique et philosophique,
- **Façonnée** dans la pratique clinique de la psychiatrie pour adolescent.es